

## ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
09:15	Hatha Yoga Φοίβη	Functional Training Φοίβη	Morning Dynamic Pilates Φοίβη	Aerial Pilates Μαρία	Morning Pilates Flow Φώτης	<b>10:00</b> <b>Morning Pilates Flow</b> Φώτης
18:00					Dynamic Silks Μαρία	
19:00	Aerial Pilates Φοίβη	Pilates Fresh Start Φώτης	Dynamic Pilates Φώτης	Pilates Fresh Start Ελένη	Hatha Vinyasa Yoga (19:00-20:30) Βασιλική	
20:00	Hatha Yoga Φοίβη	Functional Training Φοίβη	Iron Yoga Αριάδνη	Functional Abs & Glutes Ελένη		
21:00	HIIT Βασιλική		HIIT Βασιλική			

## MINI GROUPS ΟΡΓΑΝΑ PILATES

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
08:15	Personal training Φοίβη	Personal training Φοίβη	Personal training Φοίβη	Personal training Μαρία	Personal training Μαρία	11:00 Pilates όργανα Φώτης
09:15		Personal training Φώτης			Personal training Μαρία	
10:15	Pilates όργανα Φοίβη	Personal training Φοίβη	Pilates όργανα Φοίβη	Pilates όργανα Μαρία	Pilates όργανα Μαρία	
11:15	Personal training Φοίβη				Personal training Μαρία	
17:00	Pilates όργανα Φοίβη		Pilates όργανα Φοίβη	Personal training Φοίβη		12:00 Personal training Φώτης
18:00	Pilates όργανα Φοίβη	Personal training Φοίβη	Pilates όργανα Φοίβη	Pilates όργανα Φοίβη	Personal training Βασιλική	
19:00	Pilates όργανα Βασιλική	Pilates όργανα Φοίβη	Pilates όργανα Φοίβη	Pilates όργανα Φοίβη	Pilates όργανα Μαρία	
20:00	Pilates όργανα Βασιλική	Personal training Φώτης	Pilates όργανα Φοίβη	Personal training Φοίβη	Pilates όργανα Μαρία	
21:00	Pilates όργανα Φώτης	Pilates όργανα Φώτης	Personal training Φοίβη	Pilates όργανα Ελένη		