

## ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
09:15	<b>Aerial Pilates®</b> Τζο	<b>Dynamic Pilates</b> Φώτης	<b>Functional Training</b> Τζο	<b>Morning Yoga</b> Μαρία	<b>Morning Pilates Flow</b> Φώτης	<b>10:00</b> <b>Morning Pilates Flow</b> Φώτης
18:00		<b>Hatha Yoga</b> Ελένη	<b>Functional Training</b> Βασιλική			
19:00	<b>Dynamic Pilates</b> Τζο	<b>Pilates Fresh Start</b> Ελένη	<b>Hatha Yoga</b> Βασιλική	<b>Pilates Fresh Start</b> Φώτης	<b>Hatha Vinyasa Yoga</b> (19:00-20:15) Βασιλική	
20:00	<b>Cross Training</b> Βασιλική	<b>Booty Training with props</b> Ελένη	<b>Cross Training</b> Βασιλική	<b>Dynamic Aerial Pilates</b> Φώτης		

Για ραντεβού για personal training ή mini groups στο Pilates Equipment, καλέστε στη γραμματεία μας (2106518498) ή στείλτε sms στο 6944887023.