

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
09:30 (50')	Pilates Flow props Τζο		Pilates with props Τζο		Full Body TR Τζο	10:30 Pilates Flow Props Φώτης
19:00 (50'/25')		Pilates with props Τζο	Vinyasa Yoga Βασιλική			
20:00 (50')	Cross Training Βασιλική					

*TR: training 50'

XP: express 25'