

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
09:00-10:00			ΗΛΙΑΣ TRX			
10.00-11.00	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ AEROBIC SHAPE UP	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΑΕ-ΒΟ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ MIX AEROBIC	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ YOGILATES	
17.00-18.00	ΗΛΙΑΣ TRX	ΤΖΕΝΗ HIPS & ABS	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES		17:30 – 18:30 ΑΦΡΟΔΙΤΗ I.M.A. FITNESS
18.00-19.00	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING	ΗΛΙΑΣ TRX	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ MIX AEROBIC	ΗΛΙΑΣ TRX	ΚΩΣΤΑΣ HIPS & ABS	
19.00-20.00	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ MIX AEROBIC	ΑΦΡΟΔΙΤΗ I.M.A. FITNESS	ΗΛΙΑΣ TRX	ΑΦΡΟΔΙΤΗ I.M.A FITNESS	ΑΦΡΟΔΙΤΗ MIX AEROBIC	
20.00-21.00	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ AEROBIC SHAPE UP	ΚΩΣΤΑΣ CROSS TRAINING	ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΤΑΕ-ΒΟ	ΤΖΕΝΗ HIPS & ABS	ΚΩΣΤΑΣ TRX	
21.00-22.00	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ YOGILATES	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES	ΕΛΕΝΑ YOGA	ΕΛΕΝΑ AERIAL YOGA	

Τα προγράμματα **TRX (ιμάντες αιώρησης)** & **AERIAL YOGA** προσφέρονται με επιπλέον χρέωση και κατόπιν προγραμματισμένων επισκέψεων

ΩΡΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ | **ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΑ:** 08:30-24:00, **ΣΑΒΒΑΤΟ:** 09:00-20:00