

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
09.00-10.00						
10.00-11.00	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΑΕΡΟΒΙΚ SHAPE UP	ΑΦΡΟΔΙΤΗ ΤΑΕ-ΒΟ	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΙΧ ΑΕΡΟΒΙΚ	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES	
17.00-18.00	ΤΖΕΝΗ PILATES	ΤΖΕΝΗ HIPS & ABS	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING			
18.00-19.00	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING	ΗΛΙΑΣ TRX	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΙΧ ΑΕΡΟΒΙΚ	ΗΛΙΑΣ TRX	ΤΖΕΝΗ HIPS & ABS	
19.00-20.00	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΜΙΧ ΑΕΡΟΒΙΚ	ΑΦΡΟΔΙΤΗ I.M.A. FITNESS	ΗΛΙΑΣ TRX	ΑΦΡΟΔΙΤΗ I.M.A. FITNESS	ΤΖΕΝΗ ΑΕΡΟΒΙΚ SHAPE UP	
20.00-21.00	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΑΕΡΟΒΙΚ SHAPE UP	ΗΛΙΑΣ CROSS TRAINING	ΑΦΡΟΔΙΤΗ TABATA	ΤΖΕΝΗ HIPS & ABS	ΑΦΡΟΔΙΤΗ YOGILATES	
21.00-22.00	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES	ΤΖΕΝΗ PILATES	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES	ΑΝΤΖΕΛΙΝΑ PILATES		

Το TRX (ιμάντες αιώρησης) προσφέρεται με επιπλέον χρέωση και κατόπιν προγραμματισμένων επισκέψεων

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