

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ

Δευτέρα - Παρασκευή: 08:30-23:30

Σάββατο: 10:00-20:00

ADDICTION GYM

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ

	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
10:00-10:55	Yoga Αγγελική	Pilates Χαρά	Total Body Ιωάννα	Hips & Abs Τάνια	Fitness Χαρά	
11:00-11:55		Brazilian Hips Τάνια	Fitness Χαρά	TRX Τάνια	Pilates Χαρά	
15:00-15:55						
16:00-16:55						
17:00-17:55	Hips & Abs Τάνια	TRX Τάνια	Brazilian Hips Τάνια	Cross Training Ιωάννα	Core Training Ιωάννα	
18:00-18:55	Total Body Ιωάννα	Hips & Abs Τάνια	TRX Τάνια	Yoga Αγγελική	TRX Τάνια	
19:00-19:55	Pilates Χαρά	Core Training Ιωάννα	Cross Training Ιωάννα	ABS 19:30-20:00 Τάνια	Total Body Ιωάννα	
20:00-20:55	Cross Training Ιωάννα	Total Body Ιωάννα	Pilates Χαρά	Zumba Ιωάννα		
21:00-21:55	Zumba Ιωάννα					