

***ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ 26 – ΜΕΝΙΔΙ***

***(ΤΕΡΜΑ Λ.ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΟ MyMarket)***

***ΔΕΥΤΕΡΑ-ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 08.30-21.30 & ΣΑΒΒΑΤΟ 10.00-18.00***

***ΤΗΛ.210.2477823***

***ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ΩΡΕΣ*** | ***ΔΕΥΤΕΡΑ*** | ***ΤΡΙΤΗ*** | ***ΤΕΤΑΡΤΗ*** | ***ΠΕΜΠΤΗ*** | ***ΠΑΡΑΣΚΕΥH*** | ***ΣΑΒΒΑΤΟ*** |
| ***09.00-******09.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΙΡΗ*** ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Yoga******ΜΑΙΡΗ*** ***ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Σουηδική***ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******ΜΑΓΔΑΛΗΝH*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Full Body******Stretching ΜΑΙΡΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Yogilates******ΜΑΙΡΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Σουηδική******ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ*** |  |
| ***10.00-******10.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Full Body*** ***Stretching*** ***ΜΑΙΡΗ***  |  |  |  |  |  |
| ***11:30-******12:20*** |  |  |  |  |  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates/******ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ******ΜΑΙΡΗ*** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ***18.00-******18.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******ΒΑΣΙΛΗΣ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2*** ***Cross Training******ΙΩΑΝΝΑ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Aerobic******ΜΑΙΡΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 3*** ***ΜΑΡΙΑΝΘΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******ΒΑΣΙΛΗΣ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Body Power******ΤΑΣΟΣ*** |  |
| ***19.00-******19.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Body Fit******ΜΑΡΙΑΝΘΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Yoga******ΜΑΙΡΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1*** ***Full Body*** ***Stretching ΜΑΡΙΑΝΘΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Hips & Abs******ΜΑΡΙΑΝΘΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Σουηδική******ΣΤΑΥΡΟΣ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Full Body*** ***Stretching ΜΑΡΙΑΝΘΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΤΑΣΟΣ******ΑΙΘΟΥΣΑ 3*** ***ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ*** |  |
| ***20.00-******20.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΙΡΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 3*** ***ΜΑΡΙΑΝΘΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Yogalates******ΜΑΙΡΗ******ΑΙΘΟΥΣΑ 3******ΣΤΑΥΡΟΣ***  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ*** |  |

***website:www.palmos-gym.gr***

***email:*** ***festivaldance@rocketmail.com***