

***ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ 26 – ΜΕΝΙΔΙ (ΤΕΡΜΑ Λ.ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ ΠΑΝΩ ΑΠΟ ΤΟ MyMarket)***

***ΔΕΥΤΕΡΑ-ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 08.30-22.00 & ΣΑΒΒΑΤΟ 09.00-18.00***

***ΤΗΛ.210.2477823***

***ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ΩΡΕΣ | ΔΕΥΤΕΡΑ | ΤΡΙΤΗ | ΤΕΤΑΡΤΗ | ΠΕΜΠΤΗ | ΠΑΡΑΣΚΕΥH | ΣΑΒΒΑΤΟ |
| 09.00-09.50 | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΜΑΙΡΗΑΙΘΟΥΣΑ 2PilatesΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Hips & AbsNINA | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1FlowbilityΝΑΣΟΣΑΙΘΟΥΣΑ 2YogaΜΑΙΡΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1ΣουηδικήΕΥΑΓΓΕΛΙΑ |  |
| 10.00-10.50 | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Full BodyStretchingΜΑΙΡΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Cross TrainingNINA |  | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Cross TrainingΝΑΣΟΣ |  |  |
| 11:30-12:20 |  |  |  |  |  | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Pilates/ΕΥΑΓΓΕΛΙΑΜΑΙΡΗ |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 18.00-18.50 | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΕΥΑΓΓΕΛΙΑΑΙΘΟΥΣΑ 2Full BodyStretchingΜΑΡΙΑΝΘΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1ΒΑΣΙΛΗΣ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΚΩΣΤΑΣΑΙΘΟΥΣΑ 2AerobicΜΑΙΡΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1ΒΑΣΙΛΗΣ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Body PowerΤΑΣΟΣ |  |
| 19.00-19.50 | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Body FitΜΑΡΙΑΝΘΗΑΙΘΟΥΣΑ 2ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1YogaΜΑΙΡΗΑΙΘΟΥΣΑ 2Total BodyΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Full BodyStretching ΚΩΣΤΑΣΑΙΘΟΥΣΑ 2ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1Body FitΜΑΡΙΑΝΘΗΑIΘΟΥΣΑ 2PilatesΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΤΑΣΟΣΑΙΘΟΥΣΑ 2Full BodyStretching ΜΑΙΡΗ |  |
| 20.00-20.50 | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΜΑΓΔΑΛΗΝΗΑΙΘΟΥΣΑ 3 ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΜΑΙΡΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1PilatesΜΑΓΔΑΛΗΝΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 3ΜΑΡΙΑΝΘΗ | ΑΙΘΟΥΣΑ 1YogaΜΑΙΡΗ |  |

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

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