

***ΓΚΙΝΟΣΑΤΗ 6 & ΗΒΗΣ 2 - ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ***

***(ΠΛΗΣΙΟΝ ΠΡΟΑΣΤΙΑΚΟΥ ΣΤΑΘΜΟΥ)***

***ΔΕΥΤΕΡΑ-ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 08:30-22:00 & ΣΑΒΒΑΤΟ 09:00-18:00***

***ΤΗΛ. 210.2855969***

***ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ***

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ΩΡΕΣ*** | ***ΔΕΥΤΕΡΑ*** | ***ΤΡΙΤΗ*** | ***ΤΕΤΑΡΤΗ*** | ***ΠΕΜΠΤΗ*** | ***ΠΑΡΑΣΚΕΥH*** | ***ΣΑΒΒΑΤΟ*** |
| ***09.00-******09.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΡΙΟΣ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Yoga******ΟΔΥΣΣΕΑΣ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Total Body*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates*** |  |
| ***10.00-******10.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Body Sculpt******ΜΑΡΙΟΣ*** |  |  |  |  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates*** |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ***17.00-******17.50*** |  |  |  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Yoga******ΟΔΥΣΣΕΑΣ*** |  |  |
| ***18.00-******18.50*** |  |  ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΙΡΗΝΗ*** |  ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΡΙΟΣ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Body Condition******ΜΑΡΙΟΣ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΜΑΡΙΟΣ***  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| ***19.00-******19.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΙΡΗΝΗ*** |  ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******ΕΙΡΗΝΗ***  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Body Condition******ΜΑΡΙΟΣ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Pilates******ΕΙΡΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1*** ***ΕΙΡΗΝΗ*** ***ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Pilates******ΜΑΡΙΟΣ***  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Body Condition*** ***ΜΑΡΙΟΣ******ΑΙΘΟΥΣΑ 2******Pilates******ΕΙΡΗΝΗ*** |  |
| ***20.00-******20.50*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΙΡΗΝΗ*** |  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Total Body******ΕΙΡΗΝΗ***  | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Pilates******ΕΙΡΗΝΗ*** | ***ΑΙΘΟΥΣΑ 1******Total Body******ΕΙΡΗΝΗ***  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

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

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