

***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***](mailto:festivaldance@rocketmail.com)