

ΔΕΥΤΕΡΑ

9:30- 10:30

Pilates Mat

Μαρία

18:00-19:00

Μαμά-παιδί

Λίνα

19:00-20:00

Pilates Ball

Ντορίτα

20:00- 21:00

Hatha Yoga

Μαρία

ΤΡΙΤΗ

18:00-19:00

Pilates Mat

Ντορίτα

19:00-20:00

Restorative

Yoga

Λίνα

20:00- 21:00

Pilates Ball

Μαρία

21:00- 22:00

Vinyasa Yoga

Πάνια

ΤΕΤΑΡΤΗ

9:30- 10:30

Hatha Yoga

Μαρία

18:00-19:00

Μαμά -Παιδί

Λίνα

19:00-20:00

Pilates Ring

Ντορίτα

20:00-21:00

Vinyasa Yoga

Μαρία

ΠΕΜΠΤΗ

18:00-19:00

Yoga Flow

Λίνα

19:00-20:00

Pilates Mat

Ντορίτα

20:00-21:00

Hatha Yoga

Μαρία

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

10:30- 11:30

Pilates Bands

Μαρία

18:00-19:00

Pilates Ring

Ντορίτα

19:00-20:00

Iyengar Yoga

Λίνα

REFORMER ROOM

ΔΕΥΤΕΡΑ

19:00-20:00

Pilates

Reformer

Λίνα

ΤΡΙΤΗ

17:00-18:00

Pilates

Reformer

Λίνα

ΤΕΤΑΡΤΗ

19:00-20:00

Pilates

Reformer

Λίνα

ΠΕΜΠΤΗ

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ

20:00-21:00

Pilates

Reformer

Μαρία

