




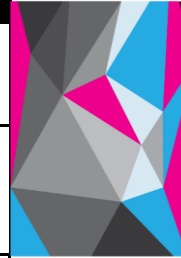


ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
09:00	ORTHOΣOMIA (B)	BODY POWER (A)	TABATA FIT (A)	PILATES MAT (B)	TOTAL BODY (A)	PILATES MAT (B)
10:00	TRX FAT BURN *(A)	PILATES MAT(B)	VINYASA YOGA (B)	CROSS TRN* (A)	ORTHOΣOMIA (B)	TABATA FIT (A)
11:00	HATHA YOGA (B)	 (A)	TRX STRENGTH*(A)	STRETCHING (B)	TRX FAT BURN*(A)	ORTHOΣOMIA (B)
12:00	CORE TRAINING (A)	CROSS TRN* (A)	TAE BOX(A)	 (A)	LAB(A)	TRX STRENGTH*(A)
13:00						
15:00						
15:30						
16:00						
16:30						
17:00	LAB (A)	ORTHOΣOMIA (B)	CORE TRAINING (A)	TOTAL BODY (A)	VINYASA YOGA (B) TRX STRENGTH*(A)	ΑΙΘΟΥΣΑ Α : 2ος ΟΡΟΦΟΣ ΑΙΘΟΥΣΑ Β : 3ος ΟΡΟΦΟΣ
18:00	YOGA FLOW (B)	TABATA FIT (A)	PILATES MAT (B)	STRETCHING (B)	L.A.B (A)	
19:00	TRX STRENGTH* (A)	TAE BOX (A)	 (A)	CROSS TRN* (A)	 (A)	
20:00	 (A) PILATES MAT (B)	VINYASA YOGA (B) CROSS TRN* (A)	HATHA YOGA (B) TRX FAT BURN* (A)	PILATES MAT (B) TAE BOX (A)	ORTHOΣOMIA (B)	Planet Fitness & More, Thivon Av. 282, 12241, Athens, GR, tel:2169001886 egaleo@planetfitness.gr
21:00	BODY POWER (A)	TOTAL BODY (A)	L.A.B (A)	YOGA FLOW (B)	TABATA FIT (A)	ΩΡΑΡΙΟ ΔΕΥΤΕΡΑ - ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 6.00 - 01.00 ΣΑΒΒΑΤΟ 08.00 - 22.00 ΚΥΡΙΑΚΗ 11.00-20.00



* Τα προγράμματα με ασπέρικο και το PLANET KIDS είναι με έξιρα οικονομική συμμετοχή. Σια μαθήματα είναι απαραίτητη η δήλωση συμμετοχής.
ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ