

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΟΜΑΔΙΚΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ



	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
9:00		POWER CYCLING*	TABATA FIT (Γ)	L.A.B. WORKOUT (Γ)	PILATES MAT (Γ)	ΩΡΑΡΙΟ ΔΕΥΤΕΡΑ ΕΩΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 07:00-23:30 ΣΑΒΒΑΤΟ 08:00-22:00 ΣΑΒΒΑΤΟ 08:00-22:00
10:00	Cross TRN* (B)	BODY POWER (Γ)	TRX* (B)	Cross TRN* (B)	TABATA FIT (Γ)	
11:00	ZUMBA (Γ)	TRX* (B)	TUMBAO (Γ)	POWER CYCLING*	ZUMBA (Γ)	
17:00	PILATES MAT (Γ)	PILATES MAT (Γ)	PILATES MAT (Γ)	AERIAL YOGA(B)	AERIAL YOGA(B)	Planet Fitness & More Venizelou Av.206,Kallithea 17675 Athens,GR Tel.: +302130359770 Email:kallithea@planetfitness.gr (A) ΑΙΘΟΥΣΑ: 5ος ΟΡΟΦΟΣ (B) ΑΙΘΟΥΣΑ: 5ος ΟΡΟΦΟΣ POWERCYCLING: 5ος ΟΡΟΦΟΣ (Γ) ΑΙΘΟΥΣΑ: 4ος ΟΡΟΦΟΣ
18:00	ZUMBA (Γ)	TRX* (B)	L.A.B. WORKOUT (Γ)	PILATES MAT (Γ)	PILATES MAT (Γ)	
	TRX* (B)					
19:00	Cross TRN* (B)	AERIAL YOGA(B)	ZUMBA (Γ)	YOGA VINYASA (Γ)	TRX* (B)	
	HATHA YOGA (Γ)	PILATES PROPS* (A)	PILATES STICK* (B)	PILATES PROPS* (A)	L.A.B. WORKOUT (Γ)	
20:00	BODY POWER (Γ)	Cross TRN* (B)	POWER CYCLING*	Cross TRN* (B)	POWER CYCLING*	
	PILATES PROPS* (A)		TABATA FIT (Γ)	L.A.B. WORKOUT (Γ)	YOGA FLOW (Γ)	
21:00	POWER CYCLING*	TUMBAO (Γ)	TABATA FIT (Γ)			
			POWER CYCLING*			

* Τα προγράμματα με αστερίσκο και τα PLANET KIDS είναι με έξτρα οικονομική συμμετοχή. Στα μαθήματα είναι απαραίτητη η δήλωση συμμετοχής.
ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ



planetfitness.gr



planetfitness.gr



planetfitness.gr