

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΙΘΟΥΣΑΣ LIFE FITNESS CENTER 17 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2018- 21 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2018

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
8:30 – 9:30		SPECIALIFE (ΕΥΑ)		YOGA (ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ)			
9:30 – 10:30	SPECIALIFE (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	PILATES (ΜΙΑΤΑ)	LIFEBARS (ΘΟΔΩΡΗΣ)	TOTALIFE (ΣΤΕΛΙΟΣ)			
10:30 – 11:30	PILATES (ΜΙΑΤΑ)			PILATES (ANNA)			
11:30 – 12:30		ZUMBA (ΣΩΤΗΡΗΣ)				ZUMBA (ΣΩΤΗΡΗΣ)	
15:30 – 16:30							
17:00 – 17:30							
17:30 – 18:30							
18:30 – 19:30	LIFEKICK (ΕΥΑ)	PILATES (ANNA)	TOTALCARDIO (ΕΥΑ)	PILATES (ANNA)	POWERKICK (ΕΥΑ)		
19:30 – 20:30	PILATES (ΜΙΑΤΑ) LIFECYCLE (ΖΑΧΟΣ)	LIFEBARS (ΘΟΔΩΡΗΣ) LIFECYCLE (ΝΤΕΝΙΣ)	SUPERLIFE (ΣΑΚΗΣ) LIFECYCLE (ΣΤΕΛΙΟΣ)	STEPLIFE (ΣΑΚΗΣ) TRX (ΣΤΕΛΙΟΣ)	CROSSFIT (ΘΟΔΩΡΗΣ)		
20:30 – 21:30	CROSSTRAINING (ΘΟΔΩΡΗΣ)	INTERVAL/TABATA (ΘΟΔΩΡΗΣ) TRX (ΣΤΕΛΙΟΣ)	YOGA (ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ)	SPECIALIFE (ΕΥΑ)			
21:30 – 22:30	ZUMBA (ΣΩΤΗΡΗΣ)	CROSSFIT (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	ZUMBA (ΣΩΤΗΡΗΣ)	CROSSFIT (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)			

Κόστος μαθήματος SPINNING(ΔΩΡΕΑΝ για τα μέλη του γυμναστηρίου)/TRX 5€/μάθημα ή κάρτα 10 μαθημάτων με 30€. Κόστος μαθήματος AERIAL YOGA 5€/μάθημα ή κάρτα 10 μαθημάτων με 40€
Κόστος μαθημάτων ZUMBA (ΔΩΡΕΑΝ για τα μέλη του γυμναστηρίου)5€/μάθημα ή κάρτα 10 μαθημάτων με 30€

Ωράριο λειτουργίας γυμναστηρίου:

Δευτ-Παρ:8:00 – 24:00, Σάββατο: 10:00 – 21:00, Κυριακή 17:00 – 21:00 (όλες οι δραστηριότητες εκτός των αποδυτηρίων σταματούν 30' πριν το κλείσιμο)

Τηλ: 2310 330455, www.lifefitnesscenter.gr facebook: lifefitcenter

Το γυμναστήριο διατηρεί το δικαίωμα να αλλάξει το πρόγραμμα της αίθουσας προς όφελος της πλειοψηφίας των μελών