



Weekly Schedule

Main Shala

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
				09:00-10:00 Hatha Calm Flow	
					10:00-11:15 Ashtanga Led
			17:15-18:15 Teens Aerial		11:30-12:30 Hatha Flow
	17:45-18:45 Teens Aerial	18:00-19:00 Pilates Mat+Props	18:30-19:30 Aerial Pilates		
19:15-20:30 Vinyasa Flow+ Pranayama	19:00-20:00 Pilates Mat+Props	19:15-20:15 Aerial Flow	19:45-20:45 Hatha Flow		
20:45-21:45 Aerial Flow	20:15-21:30 Hatha Flow+ Pranayama	20:30-21:45 Handstands +Flexibility	21:00-22:00 Vinyasa Flow	20:00-21:00 Pilates Mat+Props	

απαραίτητη η κράτηση θέσης για όλα τα μαθήματα





Weekly Schedule

Pilates Room

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο
					09:00-09:50 Reformer
				10:00-10:50 Reformer	
19:00-19:50 Reformer	19:00-19:50 Reformer		19:00-19:50 Reformer	19:00-19:50 Reformer	
20:00-20:50 Reformer	20:00-20:50 Reformer		20:00-20:50 Reformer		
			21:00-21:50 Reformer		

απαραίτητη η κράτηση θέσης για όλα τα μαθήματα

