

# ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΚΑΛΑΜΑΡΙΑΣ



ΔΕΥΤΕΡΑ 9:00-10:00πμ Pilates 6:30-7:30μμ Yogalates 7:30-8:30μμ Pilates

ΤΡΙΤΗ 9:30-10:30πμ Ορθοσωμική 6:30-7:30μμ Pilates 7:30-8:30μμ Hatha Yoga & Meditation

ΤΕΤΑΡΤΗ 8:30-9:30πμ Yoga Prana 7:30-8:30μμ Fit Ball Pilates

ΠΕΜΠΤΗ 9:30-10:30πμ Pilates 6:30-7:30μμ Fitness TRX & Cardio 7:30-8:30μμ Yoga Prana  
Ενεργοποίηση του  
ενεργειακού σώματος

ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 9:00-10:00πμ Hatha Yoga 6:30-7:30μμ Pilates

Mini Group 4 ατόμων Reformer Pilates. Επικοινωνήστε μαζί μας για να κλείσετε θέση. Το πρόγραμμα βγαίνει κατόπιν συνεννόησης.

Κυριακίδου 13 - Καλαμαριά - Τηλ. 231 400 5662