

MEGA GYM

FITNESS CLUBS

Διεύθυνση : Ιλισίων 29/ Κηφισιά/ΤΚ:14564

Τηλ. Επικοινωνίας : 210 - 8073926






































E-mail : megagymfitnessclub@gmail.com <http://www.megagym.gr/>

<https://www.facebook.com/MEGAGYMFITNESSCLUBS/>

<https://www.facebook.com/groups/167860014005275/>

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα έως Παρασκευή 06:30 - 00:00

Σάββατο 08:00 - 20:00 Κυριακή 11:00 - 17:00

Ωρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	BODY CONDITIONING  ΙΩΑΝΝΑ Κ.	FITBALL + ABS  ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΠ.	POWER YOGA  ΚΑΤΕΡΙΝΑ Λ.	ARM CORE TRAINING  ΕΥΗ Σ.	PILATES PROPS  ΣΟΦΙΑ Κ.		
10:00 - 10:50	VINYASA YOGA  ΙΩΑΝΝΑ Κ.	PILATES MATWORK  ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΠ.	ZUMBA  ΤΟΛΗΣ Λ.	TAE BOX  ANTONELLO Κ.	HIPS + ABS  ΣΟΦΙΑ Κ.		
11:00 - 11:50						MEGA BARS HIPS+ABS  ANTONELLO Κ.	ZUMBA  ΑΛΕΞΗΣ Π.
12:00 - 12:50							
17:00 - 17:50	ARM CORE TRAINING  ΕΥΗ Σ.	FAT BURNING  ΒΑΓΓΕΛΗΣ Β.	FUNCTIONAL TRAINING  ΤΑΣΟΣ Γ Κ.	STRETCHING  ΝΙΚΟΣ Μ.	TABATA  ΒΑΓΓΕΛΛΗΣ Β.		
18:00 - 18:50	TUMBAO  ΕΛΕΝΗ Τ.	BRAZU  TSIAGO. S. S	ADVANCE AEROBIC  ΤΙΜΟΣ Μ.	BODY SCULPT  ΤΑΣΟΣ Ζ.	POWER YOGA  ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ Μ.	MACUMBA  ΤΟΛΗΣ Λ.	
19:00 - 19:50	TAE BOX  ANTONELLO Κ.	TOTAL BODY  ΣΟΦΙΑ Κ.	TUMBAO  ΕΛΕΝΗ Τ.	PILATES MATWORK  ΣΟΦΙΑ Κ.	ZUMBA  ΕΛΙΝΑ Κ.		
20:00 - 20:50	PILATES PROPS  PENATA Τ.	L.A DANCE  ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Λ.	BODY RECOM POSITION PROJECT  ΒΑΣΙΛΗΣ Σ.	TUMBAO  ΣΤΑΘΗΣ Κ.	PILATES MATWORK  ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΠ.		
21:00 - 21:50	STRENGTH 4 ALL  PENATA Τ.	HATHA YOGA  ΚΑΤΕΡΙΝΑ Λ.	TRADITIONAL GREEK DANCE  ΚΑΤΕΡΙΝΑ Π.	TRADITIONAL GREEK DANCE  ΔΗΜΗΤΡΗΣ Γ.			