

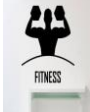
MEGA GYM

FITNESS CLUBS

Διευθυνση :Ιλίσσιων 29 ,Ν.Κηφισία
 Τηλ. Επικοινωνίας : 210 - 8073926
 E-mail : megagymfitnessclub@gmail.com
www.megagym.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα έως Παρασκευή 08:00 - 00:00

Σάββατο 10:00 - 20:00 Κυριακή 11:00 - 17:00

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	BODY CONDITIONING  ΙΩΑΝΝΑ Κ.	FITBALL · ABS  ΜΑΡΙΑ Ε.	POWER YOGA  ΚΑΤΕΡΙΝΑ Λ.	ARM CORE TRAINING  ΘΕΟΔΩΡΗΣ Τ.	PILATES PROPS  ΣΟΦΙΑ Κ.		
10:00 - 10:50	VINYASA YOGA  ΙΩΑΝΝΑ Κ.	PILATES MATWORK  ΜΑΡΙΑ. PILATES	ZUMBA  ΤΟΛΗΣ Λ.	TAE-BOX  ΘΕΟΔΩΡΗΣ Τ.	HIPS + ABS  ΣΟΦΙΑ Κ.		
11:00 - 11:50						HIPS + ABS  ΒΑΣΙΛΗΣ Σ.	ZUMBA  ΒΑΣΙΛΗΣ Κ.
12:00 - 12:50							
17:00 - 17:50	ARM CORE TRAINING  ΤΙΜΟΘΕΟΣ Σ.	FAT BURNING  ΔΗΜΗΤΡΑ Α.	FUNCTIONAL TRAINING  ΜΑΡΙΤΟΥΛΑ Κ.	STRECHING  ΜΑΡΙΑ Κ.	TABATA  ΜΑΡΙΤΟΥΛΑ Κ.		
18:00 - 18:50	TUMBAO  ΕΛΕΝΗ Τ.	BRAZU  ΤΣΙΑΓΟ. Σ. Σ	ADVANCE AEROBIC  ΤΙΜΟΣ Μ.	BODY SCULPT  ΜΑΡΙΑ Κ.	POWER YOGA  ΔΗΜΗΤΡΑ. Α.	ZUMBA  ΤΟΛΗΣ Λ.	
19:00 - 19:50	TAE-BOX  ANTONELLO Κ.	TOTAL BODY  ΣΟΦΙΑ Κ.	TUMBAO  ΕΛΕΝΗ Τ.	PILATES MATWORK  ΣΟΦΙΑ Κ. PILATES	TUMBAO  ΑΓΝΗ Π.		
20:00 - 20:50	PILATES PROPS  PENATA Τ.	L.A DANCE AEROBIC  ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ Λ.	BODY RECOM POSITION PROJECT  ΧΡΙΣΤΙΝΑ Π.	ZUMBA  ΧΡΙΣΤΙΝΑ Π.	PILATES MATWORK  ΑΓΝΗ Π. PILATES		
21:00 - 21:50	STRENGTH 4 ALL  PENATA Τ.	POWER YOGA  ΚΑΤΕΡΙΝΑ Λ.	TRADITIONAL GREEK DANCE  ΜΑΡΙΑ Τ.	TRADITIONAL GREEK DANCE  ΜΑΡΙΑ Τ.			