

MEGA GYM

FITNESS CLUBS

Διευθυνση : Λ.Βουλιαγμενης 104 , Γλυφαδα




























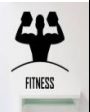











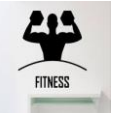
Τηλ. Επικοινωνίας : 210 -9631243

E-mail : megagymfitnessclub@gmail.com

www.megagym.gr

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

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

Ωρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
08:00 - 08:50	PILATES PROPS ΘΑΛΕΙΑ Σ. 	ARM CORE TRAINING ΒΑΛΑΣΙΑ Δ. 	BODY CONDITIONING ΘΑΛΕΙΑ Σ. 				
09:00 - 09:50	CORE TRAINING ABS ΓΙΩΡΓΟΣ Η. 	PILATES MATWORK ΜΑΡΙΝΑ Π. 	PILATES MATWORK ΧΑΡΑ Κ. ΘΑΛΕΙΑ Σ. 	FUNCTIONAL TRAINING ΖΙΝΑ Τ. 	PILATES PROPS ΚΩΣΤΑΣ Π. 		
10:00 - 10:50	DANCE AEROBIC ΠΕΡΣΕΦΟΝΗ Φ. 	FITBALL ABS ΜΑΡΙΝΑ Π. 	FAT BURNING ΧΑΡΑ Κ. ΘΑΛΕΙΑ Σ. 	TAE-BOX ΖΙΝΑ Τ. 	FAT BURNING 10:00-10:45 ΛΟΥΚΙΑ Λ. 		
11:00 - 11:50	HIPS + ABS ΠΕΡΣΕΦΟΝΗ Φ. 					HIPS + ABS ΚΩΣΤΑΣ Π. ΧΑΡΑ Κ. 	
12:00 - 12:50						PILATES MATWORK ΚΩΣΤΑΣ Π. ΧΑΡΑ Κ. 	
17:00 - 17:50	PILATES MATWORK ΓΙΩΡΓΟΣ Δ. 	FUNCTIONAL TRAINING ΛΟΥΚΙΑ Λ. 	STRENGTH 4 ALL ΘΕΟΔΩΡΗΣ Τ. 	ARM CORE TRAINING ΘΑΛΕΙΑ Σ. 	BODY RECOM POSITION PROJECT ΧΡΗΣΤΟΣ Κ. 		
18:00 - 18:50	ADVANCE AEROBIC ΧΡΗΣΤΟΣ Κ. 	PILATES PROPS ΑΝΝΑ Φ. 	TAE BOX ΘΕΟΔΩΡΗΣ Τ. 	ADVANCE AEROBIC ΛΕΥΤΕΡΗΣ Κ. 	CARDIO AEROBIC ΧΡΗΣΤΟΣ Κ. 	ZUMBA ΕΙΡΗΝΗ Τ. 	
19:00 - 19:50	BODY SCULPT ΧΡΗΣΤΟΣ Κ. 	TAE-BOX ΓΙΑΝΝΗΣ Π. 	DYNAMIC YOGA ΤΑΝΙΑ Σ. 	TOTAL BODY ΛΕΥΤΕΡΗΣ Κ. 	POWER YOGA ΝΙΚΟΣ Μ. 		
20:00 - 20:50	ZUMBA ΚΛΑΙΡΗ Σ. 	STRECHING ΒΑΣΟΥ Σ. 	BRAZU ΤΣΙΑΓΟ. Σ. Σ. 	TUMBAO ΑΝΝΑ Τ. 	PILATES MATWORK ΑΝΝΑ Φ. 		
21:00 - 21:50	VINYASA YOGA ΝΙΚΟΛ Κ. 	FAT BURNING ΒΑΣΟΥ Σ. 	BODY SCULPT ΤΟΛΗΣ Λ. 	PILATES PROPS ΑΝΝΑ Φ. 