

GROUP CLASSES



NEW BODY

MAIN STUDIO

19-23/08

ΔΕΥΤΕΡΑ MONDAY	ΤΡΙΤΗ TUESDAY	ΤΕΤΑΡΤΗ WEDNESDAY	ΠΕΜΠΤΗ THURSDAY	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ FRIDAY
17:30 45'	17:30 45'	17:30 45'	17:30 45'	17:30 45'
TRX SUSPENSION TRAINING BOOTCAMP	Power Yoga	LES MILLS BODYPUMP	Strength Development	LES MILLS BODYPUMP
18:30 45'	18:30 45'	--	18:30 45'	--
LES MILLS BODYCOMBAT	TOTAL FITNESS		LES MILLS BODYCOMBAT	

CYCLE STUDIO

ΔΕΥΤΕΡΑ MONDAY	ΤΡΙΤΗ TUESDAY	ΤΕΤΑΡΤΗ WEDNESDAY	ΠΕΜΠΤΗ THURSDAY	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ FRIDAY
--	--	18:30	--	18:30
		LES MILLS sprint		LES MILLS sprint
		30'		30'

MAIN STUDIO

26-30/08

ΔΕΥΤΕΡΑ MONDAY	ΤΡΙΤΗ TUESDAY	ΤΕΤΑΡΤΗ WEDNESDAY	ΠΕΜΠΤΗ THURSDAY	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ FRIDAY
08:00 45'	17:10 45'	08:00 45'	17:10 45'	17:30 45'
TOTAL FITNESS	TRX SUSPENSION TRAINING BOOTCAMP	LES MILLS BODYPUMP	Strength Development	TRX SUSPENSION TRAINING BOOTCAMP
17:10 45'	18:00 45'	17:10 45'	18:00 45'	18:30 45'
TOTAL FITNESS	Strength Development	LES MILLS BODYBALANCE	LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS BODYCOMBAT
19:00 45'	19:00 45'	18:30 45'	--	--
LES MILLS BODYPUMP	LES MILLS POWER JUMP	TOTAL FITNESS		

CYCLE STUDIO

ΔΕΥΤΕΡΑ MONDAY	ΤΡΙΤΗ TUESDAY	ΤΕΤΑΡΤΗ WEDNESDAY	ΠΕΜΠΤΗ THURSDAY	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ FRIDAY
18:00 45'	--	18:00 30'	18:50 45'	08:00 45'
LES MILLS RPM		LES MILLS sprint	LES MILLS RPM	LES MILLS RPM