



ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ 9 ΑΠΡΙΛΙΟΥ	ΤΡΙΤΗ 10 ΑΠΡΙΛΙΟΥ	ΤΕΤΑΡΤΗ 11 ΑΠΡΙΛΙΟΥ	ΠΕΜΠΤΗ 12 ΑΠΡΙΛΙΟΥ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 13 ΑΠΡΙΛΙΟΥ	ΣΑΒΒΑΤΟ 14 ΑΠΡΙΛΙΟΥ
Hall 1	9:00	CORE CONCEPT ΕΥΑ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗ		ZUMBA ΑΛΕΞΗΣ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗΣ	TOTAL BODY ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΠΙΣΣΙΑΣ	
Hall 1	10:00	ZUMBA ΕΥΑ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗ	ATHLETES PERFORMANCE ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΠΑΛΤΑΣ	CROSS TRAINING ΠΑΥΛΟΣ ΤΕΡΖΟΠΟΥΛΟΣ	DANS STYLE ΛΑΜΠΡΟΣ ΠΙΠΕΡΗΣ	
Hall 1	11:00	YOGA WORKS ΒΑΛΕΝΤΙΝΑ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	PILATES CONCEPT ΕΥΡΙΔΙΚΗ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ		YOGA WORKS ΒΑΛΕΝΤΙΝΑ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	PILATES MAT ΔΑΦΝΗ ΓΙΑΝΝΗΣ
Hall 1	15:00	VINYASA YOGA ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΛΕΟΝΤΑΡΙΤΟΥ	CROSS TRAINING vs STABILITY ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΚΑΛΛΙΤΣΟΥΝΑΚΗΣ	PILATES CONCEPT ΕΥΡΙΔΙΚΗ ΚΑΡΑΓΙΑΝΝΗ	CORENTROLOGY ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΠΑΛΤΑΣ	12:00 TOTAL BODY ΑΛΕΞΗΣ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗΣ
Hall 1	16:00				STRETCH CONCEPT ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΦΑΚΑ	
Hall 1	17:00	CORE CONCEPT ΜΑΡΙΟΣ ΝΤΕΡΝΤΕΣ	PILATES MAT ΓΙΑΝΝΗΣ ΤΡΙΛΙΒΑΣ	TOTAL BODY ΑΛΕΞΗΣ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗΣ		ZUMBA ΕΥΑ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗ
Hall 1	18:00	TAE BOX CONCEPT ΜΑΡΙΟΣ ΝΤΕΡΝΤΕΣ	CROSS TRAINING CONCEPT ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	CARDIO MAX ΑΛΕΞΗΣ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗΣ	TOTAL BODY ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ ΜΠΑΛΤΑΣ	TOTAL BODY ANNA ΓΑΛΑΤΑ
Hall 1	19:00	CROSS TRAINING CONCEPT ΘΑΛΕΙΑ ΣΠΑΝΟΥ	STRONG by Zumba® ΑΛΕΞΗΣ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗΣ	PILATES MAT ΘΑΛΕΙΑ ΣΠΑΝΟΥ	TAE BOX ΑΝΤΩΝΗΣ ΔΗΜΑΣ	
Hall 1	20:00	PILATES CONCEPT ΘΑΛΕΙΑ ΣΠΑΝΟΥ	ZUMBA ΑΛΕΞΗΣ ΠΟΥΡΑΒΕΛΗΣ	CROSS TRAINING CONCEPT ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	VINYASA YOGA ΚΑΤΕΡΙΝΑ ΛΕΟΝΤΑΡΙΤΟΥ	
Hall 1	21:00	ZUMBA ANNA ΡΟΥΜΠΟΥΛΙΑ	YOGA CONCEPT ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ ΧΑΤΖΑΚΗΣ	STEP MAX ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ	ZUMBA ANNA ΡΟΥΜΠΟΥΛΙΑ	
	ΩΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
iRunning	10:15					
iRunning	12:15		ΑΡΧΟΝΤΙΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΙΔΟΥ		ΒΑΛΕΝΤΙΝΑ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ	
iRunning	17:15	ΑΚΤΙΝΑ ΚΟΝΤΙΖΑ	ΤΑΣΟΣ ΓΚΙΤΙΚΟΣ			
iRunning	18:15			ΣΤΑΥΡΟΣ ΚΟΝΤΙΖΑΣ		
iRunning	19:15					ΑΡΧΟΝΤΙΑ ΣΤΑΥΡΟΣ
iRunning	20:15				ΣΤΑΥΡΟΣ ΚΟΝΤΙΖΑΣ	
	ΩΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
iCycling	9:00		INTERVAL ANNA ΓΑΛΑΤΑ			
iCycling	10:00				INTERVAL ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΜΠΙΣΣΙΑΣ	
iCycling	11:00	INTERVAL ANNA ΓΑΛΑΤΑ		INTERVAL ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ ΧΡΥΣΑΦΕΛΗΣ		
iCycling	18:00	FAT BURN ΒΙΡΓΙΝΙΑ ΜΠΛΑΝΗ	18:30 STRENGTH & Stretch your limits INTA ΜΙΛΙΑΤΣΟ 75'		STRENGTH ANNA ΓΑΛΑΤΑ	
iCycling	19:00			INTERVAL ΑΚΤΙΝΑ ΚΟΝΤΙΖΑ		INTERVAL ANNA ΓΑΛΑΤΑ
iCycling	20:00	INTERVAL ΣΟΦΗ ΘΕΟΛΟΓΗ	INTERVAL INTA ΜΙΛΙΑΤΣΟ			
iCycling	21:00			FAT BURN ΣΟΦΙΑ ΘΕΟΛΟΓΗ		
	ΩΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
Pool	10:00	AQUA AEROBIC ΠΕΤΡΟΣ ΒΡΑΧΝΟΣ	AQUA POWER ΠΕΤΡΟΣ ΒΡΑΧΝΟΣ		AQUA AEROBIC ΠΕΤΡΟΣ ΒΡΑΧΝΟΣ	
Pool	11:30		AQUA AEROBIC ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΤΣΑΓΑΝΗΣ	AQUA AEROBIC ΓΙΩΡΓΟΣ ΚΑΤΣΑΓΑΝΗΣ		
Pool	14:00					ACTIVE KIDS Pool Team
Pool	18:30		AQUA AEROBIC ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ ΑΡΓΥΡΙΑΔΗ			AQUA AEROBIC Pool Team
Pool	19:00				AQUA AEROBIC ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ ΑΡΓΥΡΙΑΔΗ	
Pool	20:00	AQUA POWER ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ ΑΡΓΥΡΙΑΔΗ	AQUA POWER ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ ΑΡΓΥΡΙΑΔΗ	AQUA AEROBIC ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ ΑΡΓΥΡΙΑΔΗ		

**ΤΗ ΔΕΥΤΕΡΑ ΤΟΥ ΠΑΣΧΑ
ΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΘΑ
ΠΑΡΑΜΕΙΝΕΙ ΚΛΕΙΣΤΟ**