

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ	
	Α' ΑΙΘΟΥΣΑ	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ	Α' ΑΙΘΟΥΣΑ	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ	Α' ΑΙΘΟΥΣΑ	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ	Α' ΑΙΘΟΥΣΑ	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ	Α' ΑΙΘΟΥΣΑ	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ	Α' ΑΙΘΟΥΣΑ	Β' ΑΙΘΟΥΣΑ
8:30	FITNESS PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)				PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)				FITNESS PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)			
9:30	PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)		ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)		PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)		ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)		PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)			
10:00											PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)	ΜΟΥΣΙΚΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ (4-6)
10:30	PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)				PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)				ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)			
11:00											AERIAL YOGA ΓΙΑ ΠΑΙΔΙΑ(ΒΙΒΙΑΝ)	ΘΕΑΤΡΙΚΗ ΕΚΦΡΑΣΗ - ΔΡΑΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (6-9)
11:30												
12:00											AERIAL YOGA (ΒΙΒΙΑΝ)	
14:30												
16:00												
17:30	PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)		STRETCHING (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)		PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)		BODYART (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)					ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ "ΓΕΥΜΑΤΙΣΜΩ ΕΝΣΥΝΕΙΔΗΤΑ" ΕΝΑΡΞΗ 20/10
18:30	AERIAL YOGA (ΒΙΒΙΑΝ)	BARRE- PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)	ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)		ΗΑΤΗΑ / VINYASA YOGA (ΒΙΒΙΑΝ)		ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)		ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)			
19:00				ΤΑΙ CHΙ CHUAN (ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ)								
19:30	FITNESS PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)	ΗΑΤΗΑ / VINYASA YOGA (ΒΙΒΙΑΝ)	PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)		PILATES (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)	ΘΕΑΤΡΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙ	BARRE (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)					
20:30	STRETCHING (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)		TRX / FIT-PUMP (ΜΑΡΙΑΝΝΑ)	PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)	ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ PILATES (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)		BODYART (ΦΑΝΗ)		ΣΩΜΑΤΙΚΟ ΘΕΑΤΡΟ			
21:30	ΣΥΓΧΡΟΝΟ (ΚΑΛΛΙΟΠΗ)											

ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΑΚΟΛΟΥΘΗΣΗ ΤΩΝ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΗ Η ΙΑΤΡΙΚΗ ΒΕΒΑΙΩΣΗ.

ΤΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΓΥΝΑΣΤΙΚΩΣ ΚΑΙ ΧΟΡΟΥ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗΝ ΠΑΡΟΝΤΙΑ ΤΩΝ ΠΛΗΚΤΩΝ (3) ΑΤΟΜΩΝ ΚΑΙ (4) ΑΤΟΜΩΝ ΑΝΤΙΤΟΙΧΑ.