

ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

HELLENIC GYM	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
09:00		Pilates Mat		Pilates Mat		
	Pilates Reformer		Pilates Reformer		Pilates Reformer	
10:00	Girls' Boot Camp		Girls' Boot Camp		Girls' Boot Camp	
		Pilates Mat		Pilates Mat		
			Pilates Reformer			Pilates Reformer
11:00	Pilates Reformer		Pilates Reformer		Pilates Reformer	Pilates Reformer
12:00						Total Body
18:00	Old School	Girls' Boot Camp	Old School			
	Pilates Reformer		Pilates Reformer		Pilates Reformer	
19:00	Old School	Girls' Boot Camp	Old School	Girls' Boot Camp	Girls' Boot Camp	
	Pilates Mat	Pilates Mat		Pilates Mat		
	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
20:00	Tetragon	TRX-Total Body	Tetragon	Abs & Pump		
	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	
21:00	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer	Pilates Reformer		

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ: ΔΕΥΤΕΡΑ-ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 09:00-13:00 & 17:30-21:00.

ΣΑΒΒΑΤΟ: 11:00-13:00.

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ ΘΕΣΕΩΝ ΜΕΣΩ FACEBOOK/INSTAGRAM ή ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΑ ΣΤΟ 210 98 50 151.

ΤΙΜΟΚΑΤΑΛΟΓΟΣ

1. Girls' Boot Camp/Old School/Pilates Mat/Tetragon/Abs&Pump/Total Body/TRX

10€ (1 μάθημα), 18€ (2 μαθήματα), 22€ (3 μαθήματα),

26€ (4 μαθήματα), 30€ (5 μαθήματα).

Συνδυασμός μαθημάτων: 70€ (12 μαθήματα/40 ημέρες).

2. Pilates Reformer

3 άτομα: 15€ (1 μάθημα/άτομο), 120€ (10 μαθήματα/άτομο/40 ημέρες).

1 άτομο: 30€ (1 μάθημα), 250€ (10 μαθήματα/40 ημέρες).

3. Personal Training 50'

1 άτομο: 30€ (1 μάθημα), 250€ (10 μαθήματα).

2 άτομα: 40€ (1 μάθημα). 3 άτομα: 50€ (1 μάθημα).

4. Διατροφή/Λιπομέτρηση

50€ (2 προγράμματα διατροφής/μήνα & 1 λιπομέτρηση).

Λιπομέτρηση: 20€.

ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ: ΔΕΥΤΕΡΑ, ΤΕΤΑΡΤΗ ΚΑΙ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 09:00-12:00 & 17:30-21:30.

ΤΡΙΤΗ ΚΑΙ ΠΕΜΠΤΗ 09:00-12:00 & 17:30-21:00. ΣΑΒΒΑΤΟ: 10:00-13:00.

ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ ΘΕΣΕΩΝ ΜΕΣΩ FACEBOOK/INSTAGRAM ή ΤΗΛΕΦΩΝΙΚΑ ΣΤΟ 210 98 50 151.