

Flow Center Programme 2019

	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΡΙΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
10:00 AM	PILATES MAT Θοδωρής	10:00 - 11:30 HATHA YOGA Λιάνα		PILATES MAT Θοδωρής		<b>ΗΜΕΡΑ ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ ΡΩΤΗΣΤΕ ΜΑΣ!!</b>
11:00 AM	PILATES REFORMER Θοδωρής			PILATES REFORMER Θοδωρής		
12:00 PM						
5:30 PM			AERIAL KIDS YOGA* Χριστίνα		16:30 - 17:30 AERIAL KIDS YOGA* 17:30 - 18:30 AERIAL TEENS YOGA Χριστίνα	
6:30 PM	FACE YOGA* Αρετή		AERIAL YOGA* BEGINNERS Χριστίνα	FACE YOGA* Αρετή	PILATES MAT Χριστίνα	
	PILATES REFORMER Θοδωρής			PILATES MAT Απόστολος	PILATES REFORMER Θοδωρής	
7:30 PM	TRX* Παναγιώτης	YOGA FLOW Κωνσταντίνα	PILATES MAT Θοδωρής	TRX* Παναγιώτης	AERIAL YOGA ALL LEVELS Χριστίνα	
	PILATES REFORMER Θοδωρής	PILATES REFORMER Απόστολος		PILATES REFORMER Απόστολος		
8:30 PM	AERIAL YOGA* Χριστίνα PILATES REFORMER Θοδωρής	PILATES MAT Χριστίνα Π.	PILATES REFORMER Θοδωρής	20:30 - 21:45 YOGA VINYASA Χριστίνα		<i>* ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ ΚΡΑΤΗΣΗ ΘΕΣΗΣ</i>