
















# ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ 2016 - 2017

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
10:00	ΠΟΔΙΑ  ΚΟΙΛΙΑ ΕΙΡΗΝΗ	 ΠΙΛΑΤΕΣ ΜΑΡΙΑ	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> ΣΩΤΗΡΗΣ	ΠΟΔΙΑ  ΚΟΙΛΙΑ ΜΑΡΙΑ	 ΠΙΛΑΤΕΣ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	
12:00		<b>LES MILLS</b> <b>CXWORX</b> ΜΑΡΙΑ Ν		<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> ΜΑΡΙΑ Ν		<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b>
14:00						 <b>ZUMBA</b> fitness ΣΕΜΙΝΑ
17:00	ΠΟΔΙΑ  ΚΟΙΛΙΑ ΜΑΡΙΑ	<b>LES MILLS</b> <b>CXWORX</b> ΣΤΕΛΙΟΣ 17:30	ΠΟΔΙΑ  ΚΟΙΛΙΑ ΜΑΡΙΑ		 ΠΙΛΑΤΕΣ ΕΙΡΗΝΗ	
18:00	 ΝΙΚΟΣ	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> ΜΑΡΙΑ Ν	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> ΜΙΧΑΛΗΣ	<b>LES MILLS</b> <b>CXWORX</b> ΣΤΕΛΙΟΣ	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> ΣΩΤΗΡΗΣ	 ΠΙΛΑΤΕΣ ΕΙΣΙΣΑΒΕΤ
19:00	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> ΑΓΓΕΛΙΚΗ	 <b>ZUMBA</b> fitness ΣΕΜΙΝΑ	 ΠΙΛΑΤΕΣ ΒΑΣΙΛΙΚΗ	 ΝΙΚΟΣ	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> ΣΤΕΛΙΟΣ	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ
20:00	 ΠΙΛΑΤΕΣ ΑΓΓΕΛΙΚΗ	ΠΟΔΙΑ  ΚΟΙΛΙΑ ΣΤΕΛΛΑ	<b>LES MILLS</b> <b>BODYPUMP</b> ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ	<b>FLOWBILITY</b> ΣΤΕΛΛΑ	<b>LES MILLS</b> <b>CXWORX</b> ΜΑΡΙΑ Ν	
21:00	<b>LES MILLS</b> <b>BODYCOMBAT</b> ΜΙΧΑΛΗΣ	ॐ yoga ΝΕΛΛΥ		ॐ yoga ΝΕΛΛΥ		



## ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗΣ

Λ. ΜΕΣΟΓΕΙΩΝ & ΚΟΝΔΥΛΑΚΗ 2  
ΤΗΛ.: 2106538214

### ΩΡΑΡΙΟ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ

ΔΕΥΤΕΡΑ-ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ 07:00 - 24:00  
ΣΑΒΒΑΤΟ 09:00 - 21:00  
ΚΥΡΙΑΚΗ 11:00 - 17:00

ΤΑ TRX & GRIT ΕΙΝΑΙ PAID CLASS ΣΕ SMALL GROUP FITNESS CLASSES  
ΦΡΟΝΤΙΣΤΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΓΚΑΙΡΗ ΠΡΟΣΕΛΥΣΗ ΣΑΣ, ΣΤΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ  
ΤΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΕΧΕΙ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΣΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΤΩΝ ΓΥΜΝΑΣΤΩΝ

[www.golden-gym.gr](http://www.golden-gym.gr)



Like

Facebook/GymGolden