

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟΥ ΟΔΟΥ ΣΥΡΟΥ – ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ ΧΟΛΑΡΓΟΥ 2024 -2025

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08:00 - 09:00	ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ
09:00 - 10:00	PILATES	ΟΡΓΑΝΑ	PILATES	ΟΡΓΑΝΑ	PILATES
10:00 - 11:00	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES	PILATES
11:00 - 12:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
12:00 - 13:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
13:00 - 14:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
16:00 - 17:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
17:00 - 18:00	ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ	ΟΡΓΑΝΑ	ΣΟΥΗΔΙΚΗ
18:00 - 19:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
19:00 - 20:00	PILATES	PILATES 19.30-20.30	PILATES	PILATES 19.30-20.30	PILATES
20:00 - 21:00	ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ (20.15 - 21.45)	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ
21:00 - 22:00	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ	ΟΡΓΑΝΑ