

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΓΥΜΝΑΣΤΗΡΙΟ ΚΟΛΟΚΟΤΡΩΝΗ

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΙΘΟΥΣΑΣ ΕΝΗΛΙΚΩΝ

ΑΙΘΟΥΣΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ 2 (2ος όροφος)

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ
08:30-09:45		HATHA YOGA with props		HATHA YOGA with props	HATHA YOGA with props
12:00-12:50	12:00´ -13:15´ HATHA YOGA with props	YOGA Ήπιας Εξάσκησης with props	12:00´ -13:15´ HATHA YOGA with props	YOGA Ήπιας Εξάσκησης with props	YOGA Ήπιας Εξάσκησης with props
15:30-16:20	15:10-16:20 HATHA YOGA with props		15:10-16:20 HATHA YOGA with props	15:10-16:20 HATHA YOGA with props	
17:00-17:50	YOGA Ήπιας Εξάσκησης with props		YOGA Ήπιας Εξάσκησης with props		
20:00-21:15	20:00-21:15 HATHA YOGA with props	20:00-21:15 HATHA YOGA with props	20:00-21:15 HATHA YOGA with props	20:00-21:15 HATHA YOGA with props	