



GROUP FITNESS_ autumn1_2026

ΑΠΟ ΔΕΥΤΕΡΑ 14 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ

ΔΕΥΤΕΡΑ		ΤΡΙΤΗ		ΤΕΤΑΡΤΗ		ΠΕΜΠΤΗ		ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ		ΣΑΒΒΑΤΟ	
10:15-11:15	YOGILATES	10:00-11:00	CLASSIC PILATES	10:30-11:30	360° functional training	10:15-11:15	HATHA YOGA	10:00-11:00	CLASSIC PILATES		
				ΑΠΟ 07/10							
11:30-12:30	POWER BARS			11:30-12:30	body SCULPT	11:15 -12:15	body SCULPT	11:30-12:30	POWER BARS		
						ΑΠΟ 24/09		ΑΠΟ 09/10			
				17:00-18:00	BOSU workout	18:00-19:00	POWER BARS				
				ΑΠΟ 23/09							
18:00-19:00	CLASSIC PILATES			18:00-19:00	CLASSIC PILATES	18:00-19:00	CLASSIC PILATES	18:00-19:00	ORTHO SOMIA	17:30-18:30	CLASSIC PILATES
19:00-20:00	Brazilian PUMP45	18:30-19:30	POWER BARS			19:00-20:00	body SCULPT	18:15-19:15	TRX SUSPENSION TRAINING		
						ΑΠΟ 24/09		ΑΠΟ 09/10			
19:00-20:00	TRX CROSS TRAINING	19:30-20:30	AERO STEP	18:30-19:30	TRX CROSS TRAINING	19:15-20:15	KICK BOXING			18:30-19:30	POWER BARS
						ΑΠΟ 08/10				ΑΠΟ 10/10	
20:00-20:30	ABS & HIPS	19:30-20:30	KICK BOXING	19:30-20:30	VOLT! Tabata workout			19:30-20:00	ABS & HIPS		
		ΑΠΟ 06/10		ΑΠΟ 23/09				ΑΠΟ 02/10			
20:15-21:15	Vinyasa yoga			19:30-20:30	YOGILATES	20:15-21:15	stretching yoga				
20:45-21:45	POWER BARS	20:30-21:30	360° functional training	20:30-21:30	POWER BARS	20:30-21:30	360° functional training	20:00-21:00	POWER BARS		
		ΑΠΟ 22/09				ΑΠΟ 24/09					

ΟΛΑ ΤΑ ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ ΜΕ ΡΑΝΤΕΒΟΥ. ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΣΤΗ RECEPTION.
*TRAIN SAFELY*_BOOK YOUR SESSION EVathlon APP_ΥΠΟΧΡΕΩΤΙΚΗ ΧΡΗΣΗ ΠΕΤΣΕΤΑΣ_ΠΡΟΤΙΜΩ ΑΤΟΜΙΚΟ ΣΤΡΩΜΑΚΙ.

www.evathlon.gr _ e-mail: info@evathlon.gr _ phone:2610990853