

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

ΔΕΥΤΕΡΑ ΤΡΙΤΗ ΤΕΤΑΡΤΗ ΠΕΜΠΤΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΣΑΒΒΑΤΟ

Pilates Reformer

STUDIO ΑΡΤΕΜΙΔΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ 1

08.30	08.30	08.30	08.30	08.30	08.30
09.30 (για αρχάριους)	09.30	09.30	09.30	09.30	09.30
10.30	10.30 (για αρχάριους)	11.00	11.30	10.30	
11.30		12.00			
17.00		17.00	17.00	17.00	
18.00	18.00	18.00	18.00	18.00	
19.00	19.00	19.00	19.00		
20.00	20.00		20.00		
21.00			21.00		

09.00-13.00 Mini Group Functional - Open Gym	08.30-13.00 Mini Group Functional - Open Gym	09.00-13.00 Mini Group Functional - Open Gym	08.30-13.00 Mini Group Functional - Open Gym	09.00-13.00 Mini Group Functional - Open Gym	09.00-13.00 Mini Group Functional - Open Gym
---	---	---	---	---	---

STUDIO ΑΡΤΕΜΙΔΑΣ ΑΙΘΟΥΣΑ 2

17.00-18.00 Mini Group Functional - Open Gym				
18.00 Mini Group Functional - Open Gym	18.00 Fat Killer	18.00 Mini Group Functional - Open Gym	18.00 Fat Killer	18.00 Mini Group Functional - Open Gym
19.00 Mini Group Functional - Open Gym	19.00 Fat Killer	19.00 Mini Group Functional - Open Gym	19.00 Fat Killer	19.00 Mini Group Functional - Open Gym
20.00-21.00 Mini Group Functional - Open Gym				
21.00-22.00 Mini Group Functional - Open Gym				

ΔΕΥΤΕΡΑ ΤΡΙΤΗ ΤΕΤΑΡΤΗ ΠΕΜΠΤΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ ΣΑΒΒΑΤΟ

STUDIO ΡΑΦΗΝΑΣ

08.30 Pilates		08.30 Fat Burn		09.00 Fat Burn	
09.30 Tabata	09.30 Brazilian Butt	09.30 Pilates	09.30 Aero Jump + TRX Workout	10.00 Yoga	10.00 Fat Burn
18.30 Brazilian Butt	18.30 Fat Burn	18.30 Tabata	18.30 TBS	18.30 Zumba	
19.30-20.15 TRX Workout	19.30 Aero Jump + TRX Workout		19.30 Yoga	19.30 Pilates	



ΤΙΜΟΚΑΤΑΛΟΓΟΣ

Τιμοκατάλογος Προγραμμάτων στο Just Fit Ραφήνας

Body Pump, Pilates, Yoga, Brazilian Butt, Tbs, Fitball, Fat Burn, Zumba, Balletonic	5€
Aero Jump, AeroJump + TRX	5€
TRX Workout	5€
Αερόβια Μηχανήματα / ώρα	5€

Τιμοκατάλογος Προγραμμάτων στο Just Fit Αρτέμιδας

Fat Killer (έως 7 συμμετέχοντες)	7€
----------------------------------	----

Pilates Reformer + Spring Board (Studio Αρτέμιδας)

1 επίσκεψη	15€
Πακέτο 8 επισκέψεων (Ισχύει για 1 μήνα)	80€

Open Gym (Studio Αρτέμιδας) (Τιμές Γνωριμίας)

1 επίσκεψη	6€
Μηνιαίες συνδρομές	
2 φορές την εβδομάδα	40€
3 φορές την εβδομάδα	45€

Mini Group Functional (Studio Αρτέμιδας) (Τιμές Γνωριμίας)

1 επίσκεψη	8€
Μηνιαίες συνδρομές	
2 φορές την εβδομάδα	45€
3 φορές την εβδομάδα	55€

Τιμοκατάλογος Online Προγραμμάτων (απεριόριστη χρήση)

Pilates, Yoga, Brazilian Butt, Tbs, Body Pump, Fitball, Fat Burn, Tabata, Balletonic, Zumba	30€ / μήνα
---	------------

Personal Training (τιμές ανά επίσκεψη)

1 άτομο	15€
2 άτομα	20€
3 άτομα	30€

Da Vinci Body Board Semi Private Groups 3 ατόμων

(τιμή ανά επίσκεψη)	20€
---------------------	-----

Massage

Μυοχαλαρωτικό, Αγιουρβεδικό, Λεμφικό	25€ ανά συνεδρία
--------------------------------------	------------------

