ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΑΙΘΟΥΣΑΣ LIFE FITNESS CENTER 2026

ΩΡΑ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ	ΚΥΡΙΑΚΗ
8:30 – 9:20	TOTALIFE (ΣΤΕΛΙΟΣ)	THERAPEUTIC YOGA (ΕΛΕΝΗ)	PILATES (ΝΤΟΡΕΤΤΑ)	HATHA YOGA (ΕΛΕΝΗ)	SPECIALIFE (ΕΥΑ)		
9:30 – 10:20	PILATES (ΑΘΑΝΑΣΙΑ)	TOTALIFE (ΕΥΑ)	SPECIALIFE (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	LIFEBARS (ΣΑΚΗΣ)	YIN YOGA (ΕΛΕΝΗ)		
10:30 – 11:20							
16:00– 16:50							
17:00– 17:50	TOTALIFE (ΣΤΕΛΙΟΣ)	LIFEMOBILITY (ΕΥΑ)	PILATES (ΝΤΟΡΕΤΤΑ)	CROSS TRAINING (ΣΟΦΙΑ)	LIFEMOBILITY (ΕΥΑ)		
18:00 – 18:50	LIFEBARS (ΣΑΚΗΣ)	PILATES (ΜΙΛΤΑ)	LIFEBARS (ΕΥΑ)	PILATES (ΝΤΟΡΕΤΤΑ)	TOTALIFE (ΕΥΑ) LIFECYCLE (ΕΥΡΥΔΙΚΗ)		
19:00 – 19:50	PILATES (ΜΙΛΤΑ) LIFECYCLE (ΑΘΑΝΑΣΙΑ)	LIFEBARS (ΕΥΡΥΔΙΚΗ) LIFECYCLE (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	SPECIALIFE (ΣΑΚΗΣ) LIFECYCLE (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	SUPERLIFE (ΣΑΚΗΣ) LIFECYCLE (ΕΥΑ)	LIFEBARS (ΣΑΚΗΣ)		
20:00 – 20:50	CROSS FIT (ΣΟΦΙΑ) 20.30-21.30 LIFECYCLE (ΝΙΚΟΣ)	TOTALIFE (ΣΑΚΗΣ)	20.00-21.30 THERAPEUTIC YOGA (ΕΛΕΝΗ) 20.30-21.30 LIFECYCLE (ΝΙΚΟΣ)	SPECIALIFE (ΕΥΑ) LIFECYCLE (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	20.00-21.30 VINYASA YOGA FLOW (ΕΛΕΝΗ)		
21:00 – 21:50	21.30-22.30 DANCELIFE CARDIO (ΣΩΤΗΡΗΣ)	CROSS FIT (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)	21.30-22.30 DANCELIFE CARDIO (ΣΩΤΗΡΗΣ)	CROSS FIT (ΓΡΗΓΟΡΗΣ)			

SPINNING(LIFECYCLE)(ΔΩΡΕΑΝ για τα μέλη του γυμναστηρίου) / 6.95€ μάθημα ή κάρτα 10 μαθημάτων με 49.95€
TRX 6.95€/μάθημα ή κάρτα 10 μαθημάτων με 49.95€
DANCELIFE CARDIO (ΔΩΡΕΑΝ για τα μέλη του γυμναστηρίου) /6.95€ μάθημα ή κάρτα 10 μαθημάτων με 49.95€

Ωράριο λειτουργίας γυμναστηρίου:
Δευτ-Παρ: 07:00 – 00:30, Σάββατο: 10:00 – 22:00, Κυριακή 12:00 – 20:00 (όλες οι δραστηριότητες εκτός των αποδυτηρίων σταματούν 30' πριν το κλείσιμο)
Τηλ: 2310 330455, www.lifefitnesscenter.gr facebook: lifefitcenter Instagram life_fit_center
Τηλ: 2310 330455, www.lifefitnesscenter.gr Facebook : lifefitcenter Instagram : life_fit_center TikTok : @ lifefitcentercenter
Το γυμναστήριο διατηρεί το δικαίωμα να αλλάξει το πρόγραμμα της αίθουσας προς όφελος της πλειοψηφίας των μελών