



Βουνοπλαγιά Ιωαννίνων

Τηλ: 2651061610

Facebook: Asterias swim academy

## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΗΛΙΚΩΝ (2016-2017)

Από 12/09/2016

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
8:00-9:00							
9:00-10:00	AQUA AEROBIC	AQUA YOGA	AQUA ZUMBA	AQUA PILATES	AQUA AEROBIC		
10:00-11:00		Εκμάθηση Κολύμβησης		Εκμάθηση Κολύμβησης	Εκμάθηση Κολύμβησης		
14:45-15:45						AQUA AEROBIC/ZUMBA	
20:00-21:00							
20:30-21:30		AQUA PILATES		AQUA YOGA	AQUA ZUMBA		
20:45-21:45	Εκμάθηση Κολύμβησης		Εκμάθηση Κολύμβησης				
21:30-22:30		AQUA PUMP		AQUA ZUMBA	AQUA AEROBIC		
21:45-22:45	AQUA ZUMBA		AQUA AEROBIC				

Διευθυντής Προγράμματος: Κούτρας Νικόλαος (Εξειδικευμένος Προπονητής Κολύμβησης απόφοιτος ΤΕΦΑΑ και προγραμμάτων Aqua zumba-yoga-pilates-aerobic, Babyswimming) Γενικό Ωράριο Λειτουργίας εγκαταστάσεων: Δευτέρα - Παρασκευή από 08:00-23:00, Σάββατο: 08:00-18:00 και Κυριακή; 10:00-14:00