



## ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ 2016 - 2017

ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
<b>11:00-12:30</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Γεωργία Γεωργόνη	<b>08.30-09.50</b> <b>Πρωινή Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Πηνελόπη Γαβριλάκη	<b>11:00-12:30</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Γεωργία Γεωργόνη	<b>11:00-12:30</b> <b>Yoga για εγκύους</b> Άννα Πετροπούλου		<b>11:00-12:30</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Άννα Πετροπούλου
	<b>10.45-12.00</b> <b>*Βρεφική Yoga</b> Πηνελόπη Γαβριλάκη				<b>12:30-14:00</b> <b>Iyengar Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Άννα Χάγκεν
	<b>12.00-13.30</b> <b>Ήπια &amp; Προσιτή Yoga</b> Πηνελόπη Γαβριλάκη				
<b>16.45-17.50</b> <b>*Yoga για Παιδιά</b> Πηνελόπη Γαβριλάκη	<b>16:00-17:15</b> <b>Yoga για εγκύους</b> Άννα Χάγκεν	<b>16.00-17.30</b> <b>Vinyasa/Flow Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Πηνελόπη Γαβριλάκη			
<b>18:00-19:30</b> <b>Kundalini Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Κατερίνα Καρασμάνη	<b>17:30-18:45</b> <b>Hatha Yoga</b> Επίπεδο 1 Καλλιόπη Πάλλη	<b>18:00-19:30</b> <b>Kundalini Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Κατερίνα Καρασμάνη	<b>17:30-18:45</b> <b>Hatha Yoga</b> Επίπεδο 1 Άννα Πετροπούλου	<b>17:30-18:45</b> <b>Yoga για εγκύους</b> Άννα Χάγκεν	
<b>19:45-21:00</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Άννα Πετροπούλου	<b>19:00-20:30</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Γεωργία Γεωργόνη	<b>19:45-21:15</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Καλλιόπη Πάλλη	<b>19:00-20:30</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα Επίπεδα Άννα Πετροπούλου	<b>19:30-21:00</b> <b>Hatha Yoga</b> Επίπεδο 1 Ελένη Τόλια	<b>ΚΥΡΙΑΚΗ**</b> <b>17:00-18:30</b> <b>Hatha Yoga</b> Όλα τα επίπεδα Εναλλασσόμενοι δάσκαλοι
<b>21:15-22:30</b> <b>Δυναμική Hatha Yoga - Anusara</b> Όλα τα επίπεδα Γιάννης Γέρου	<b>20:45-22:15</b> <b>Δυναμική Hatha Yoga</b> Όλα τα επίπεδα Γεωργία Γεωργόνη		<b>20:45-22:15</b> <b>Δυναμική Hatha Yoga- Anusara</b> Επίπεδο 2 Γιάννης Γέρου		

\* Χρειάζεται να δηλώσετε συμμετοχή στη γραμματεία (τηλ.: 2130383611, email: [center@athensyoga.gr](mailto:center@athensyoga.gr)).

\*\* Χρειάζεται να δηλώσετε συμμετοχή στη γραμματεία (τηλ.: 2130383611, email: [center@athensyoga.gr](mailto:center@athensyoga.gr)).

1 φορά / μήνα κατόπιν ανακοίνωσης. Το μάθημα είναι κατάλληλο για όλους και είναι με νέους δασκάλους από τα εκπαιδευτικά προγράμματα του Athens Yoga. Το κόστος είναι 5 Ευρώ το μάθημα και δωρεάν για ανέργους (μόνο με την επίδειξη της ατομικής κάρτας ανεργίας του ΟΑΕΔ).