



MPF ΑΙΓΑΛΕΩ 2026 - 27

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ

ΩΡΕΣ	ΔΕΥΤΕΡΑ	ΤΡΙΤΗ	ΤΕΤΑΡΤΗ	ΠΕΜΠΤΗ	ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ	ΣΑΒΒΑΤΟ
08:00	FUNCTIONAL TRAINING		STRENGTH TRAINING		FUNCTIONAL TRAINING	09:00 STRENGTH TRAINING
18:00	STRENGTH TRAINING	FUNCTIONAL MPF® KINETIC	STRENGTH TRAINING	FUNCTIONAL MPF® BANGEE	STRENGTH TRAINING	
19:00	FUNCTIONAL MPF IMANTEΣ	PILATES MAT	STRENGTH TRAINING	PILATES MAT	PILATES MAT	
20:00	CROSS TRAINING	STRENGTH TRAINING	FUNCTIONAL MPF IMANTEΣ	STRENGTH TRAINING	STRENGTH TRAINING	

ΓΙΑ ΤΟ ΠΡΩΙΝΟ ΤΜΗΜΑ ΕΙΝΑΙ ΑΠΑΡΑΙΤΗΤΟ ΝΑ ΣΤΕΛΝΕΤΕ ΜΗΝΥΜΑ SMS ή VIBER ΣΤΟ
ΤΗΛΕΦΩΝΟ 6995828931 ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΗ ΗΜΕΡΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΑΣ ΣΤΟ ΜΑΘΗΜΑ!