

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Pilates Chair & Equip Room

Για πρώτη φορά στην Ελλάδα η A.F. Studios διοργανώνει παράλληλα με το Πανελλήνιο συνέδριο της 3 ημερο εκπαιδευτικό Σεμινάριο στο Pilates Chair και στον εξηλεκτισμό Pilates Foam Roller & Pilates Ring. Το σεμινάριο θα διεξαχθεί στην εκπαιδευτική Αίθουσα SOUASH του Σταδίου Ειρήνης & Φιλίας από την Διάσημη Katia Vasilenko.

Παρασκευή

12:00-14:45 CHAIR COURSE 1
14:45-15:45 BREAK
15:45-18:30 CHAIR COURSE 2

Σάββατο

09:30-13:00 CHAIR COURSE 3
13:00-16:00 BREAK
16:00-19:30 CHAIR COURSE 4

Κυριακή

09:30-13:00 EQUIP COURSE 1
13:00-16:00 BREAK
16:00-19:30 EQUIP COURSE 2

Παρασκευή 5 Νοεμβρίου

ΩΡΕΣ	ΑΙΘΟΥΣΑ Α
	
11:00 – 12:00	ΕΓΓΡΑΦΕΣ
12:00 – 13:00	SASHA OSHKIN DANCE
13:15 – 14:15	ΑΝΤΩΝΗΣ ΚΑΤΣΙΠΗΣ STEP
BREAK 30'	
14:45 – 15:45	ΚΑΤΙΑ VASILENKO AEROBIC
16:00 – 17:00	ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΑΜΙΩΤΗΣ STEP
17:15 – 18:15	ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ ΚΑΜΙΝΙΩΤΗ ΤΑΝΙΑ ΜΕΙΜΑΡΙΑΔΗ DANCE
18:30 – 19:30	CLEMENET DEVA STEP

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Σάββατο 6 Νοεμβρίου

ΩΡΕΣ	ΑΙΘΟΥΣΑ Α ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑ	ΑΙΘΟΥΣΑ Β ΟΛΙΣΤΙΚΑ	ΑΙΘΟΥΣΑ Γ PERSONAL
8:30 – 9:30	ΕΓΓΡΑΦΕΣ		
9:30 – 10:30	JULIO PAPI AEROBIC	ELISABETTA CINELLI PILATES ROUTINE	DAVIDE IMPALLOMENE G.A.G. (DYNAMIC)
10:45 – 11:45	ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗΛ ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΓΟΥΡΓΟΣ STEP	ANNA SKAPISHEVA FUNCTIONAL TRAINING	ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΚΑΦΕΤΖΗΣ FIGHT ΒΘ
12:00 – 13:00	SASHA OSHKIN DANCE	MARITA MITTAG PILATES BASIC	ΒΡΑΧΑΜΗΣ - ΚΑΦΕΤΖΗΣ DYNAMIC
13:15 – 14:15	ΚΑΤΙΑ VASILENKO STEP	JULIO PAPI PORTDEBRAS	ΑΝΤΩΝΗΣ ΖΕΡΒΑΣ TRX
BREAK 30'			
14:45 – 15:45	ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΑΜΙΩΤΗΣ AEROBIC	ELISABETTA CINELLI PILATES ROT	ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΒΡΑΧΑΜΗΣ CROSS TRAINING
16:00 – 17:00	CLEMENET DEVA STEP	ΣΟΦΗ ΠΑΣΧΑΛΗ ASHTANGA YOGA	DAVIDE IMPALLOMENE CORE UP & DOWN
17:15 – 18:15	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΙΑΔΗ DANCE	ΚΑΤΙΑ ΒΑΗΣΙΔΗ PILATES THERABAND	ΧΑΡΗΣ ΖΑΦΕΙΡΟΠΟΥΛΟΣ SALES MANAGEMENT
18:30 – 19:30	IRINA TROSKA ANNA SKAPISHEVA STEP	MARITA MITTAG YOGA	

ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΕΔΡΙΟΥ

Κυριακή 7 Νοεμβρίου

ΩΡΕΣ	ΑΙΘΟΥΣΑ Α ΧΟΡΟΓΡΑΦΙΑ	ΑΙΘΟΥΣΑ Β ΟΛΙΣΤΙΚΑ	ΑΙΘΟΥΣΑ Γ PERSONAL
9:30 – 10:30	CLEMENET DEVA AEROBIC	JULIO PAPI YOGA	
10:45 – 11:45	ΜΑΡΙΟΣ ΜΕΛΕΤΗΣ STEP	ELISABETTA CINELLI PILATES ADVANCED	DAVIDE IMPALLOMENE TOTAL BODY ACTION
12:00 – 13:00	IRINA TROSKA AEROBIC	ΤΑΣΟΣ ΜΑΝΤΖΟΥΚΑΣ FREESTYLE POWER STRETCH	ΠΑΥΛΟΣ ΣΑΚΟΥΛΑΣ ΜΙΛΑ BODYTEC
13:15 – 14:15	JULIO PAPI STEP	ΚΑΤΙΑ VASILENKO PILATES	ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΒΡΑΧΑΜΗΣ BODY POWER
BREAK 30'			
14:45 – 15:45	ΣΑΜΙΩΤΗΣ ΓΙΩΡΓΟΣ AEROBIC	ELISABETTA CINELLI PILATES DANCE	DAVIDE IMPALLOMENE FLEX TONE
16:00 – 17:00	SASHA OSHKIN STEP	MARITA MITTAG PILATES ADVANCED	ΜΙΧΑΗΛΗΣ ΚΑΦΕΤΖΗΣ FIGHT STEP
17:15 – 18:15	ΓΙΩΡΓΟΣ ΧΑΤΖΗΜΙΧΑΗΛ ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΓΟΥΡΓΟΣ AEROBIC	ΜΠΕΣΣ ΤΡΙΓΚΑ FORREST YOGA	ΑΝΤΩΝΗΣ ΖΕΡΒΑΣ TRX
18:30 – 19:30	ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΑΛΕΞΑΝΔΡΙΑΔΗ DANCE	ΜΠΕΣΣ ΤΡΙΓΚΑ FORREST YOGA	