

έως και 28/07



Ν. ΨΥΧΙΚΟ: Κηφισίας & Κατεχάκη 76

Τηλ: 210-6777996 • info: 800118700 • psychiko@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Κυριακή (24h)

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

| Ώρες | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σάββατο | Κυριακή |
|---------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------|-------------|
| 08:00 - 08:50 | PILATES MAT | HIPS & ABS | PILATES MAT | | | | |
| 09:00 - 09:50 | HIPS & ABS | BODY SCULPT | YOGA | PILATES MAT | | | |
| 10:00 - 10:50 | PILATES MAT | YOGA | | HIPS & ABS | PILATES MAT | | PILATES MAT |
| 11:00 - 11:50 | | PILATES MAT | | | | | |
| 12:00 - 12:50 | | | | | | PILATES MAT | |
| 17:00 - 17:50 | PILATES MAT | | | | | * Γιώργος Σπ. | |
| 18:00 - 18:50 | | PILATES MAT | | | PILATES MAT | | |
| 19:00 - 19:50 | | | PILATES MAT | BODY SCULPT | | | |
| 20:00 - 20:50 | | | | | | | |
| 21:00 - 21:50 | | | | | | | |
| 22:00 - 22:50 | PILATES MAT | | | | | | |













ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση

Ν. ΨΥΧΙΚΟ: Κηφισίας & Κατεχάκη 76

Τηλ: 210-6777996 • info: 8001118700 • psychiko@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Κυριακή (24h)

| Ωρες | Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Ωρες | Σάββατο | |
|---------------|---|---|---|--------|--|---------------|--------------------|-----------------------------|
| 19:00 - 20:00 | | * PILATES PROPS Μαρία Χ. | | | | | | ΑΙΘΟΥΣΑ PERSONAL |
| 20:00 - 21:00 | * PILATES PROPS Μαρία Χ. | | * PILATES PROPS Μαρία Χ. | | | | | |
| 18:00 - 19:00 | |  *Μαρία Χ. | | | | | | Γ' ΑΙΘΟΥΣΑ |
| 19:00 - 20:00 |  *Μαρία Χ. | |  *Μαρία Χ. | | | | | |
| 20:00 - 21:00 |  *Christian | |  *Christian | | | | | |
| 21:00 - 22:00 |  *Γιώργος Σπ. |  *Γιώργος Σπ. | | | | | | |
| | | | | | | | | Δ' ΑΙΘΟΥΣΑ |
| 19:30 - 20:20 | YOGA | YOGA |  YOGA | YOGA | | | | |
| 19:00 - 19:50 |  * Πέτρος | | *Y BIKE Σάρα | |  * Χρήστος | 19:00 - 19:50 | *Y BIKE Χρήστος | BIKE STUDIO |
| 20:00 - 20:50 |  * Πέτρος | | *Y BIKE Σάρα | | *Y BIKE Χρήστος | | | |
| 21:00 - 21:50 |  * Πέτρος | | | | | | | |

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

BABY SWIMMING (6μηνών - 4 ετών)

| Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σάββατο | Κυριακή |
|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------|---------|
| 10:30 - 11:00 | 10:30 - 11:00 | 10:30 - 11:00 | 10:30 - 11:00 | 10:30 - 11:00 | | |

| ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ (4 - 14 ετών) | | | | | | |
|--|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--|
| | | | | | 10:00 - 10:45 | |
| | | | | | 10:45 - 11:30 | |
| 17:15 - 18:00 | 17:15 - 18:00 | 17:15 - 18:00 | 17:15 - 18:00 | 17:15 - 18:00 | | |
| 18:00 - 18:45 | 18:00 - 18:45 | 18:00 - 18:45 | 18:00 - 18:45 | 18:00 - 18:45 | | |

| AQUA AEROBIC | | | | | | |
|---------------------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--|
| 12:00 - 13:00 | 12:00 - 13:00 | 12:00 - 13:00 | 12:00 - 13:00 | 12:00 - 13:00 | | |
| 19:00 - 20:00 | 19:00 - 20:00 | 19:00 - 20:00 | 19:00 - 20:00 | 19:00 - 20:00 | | |
| ΕΚΜΑΘΗΣΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗΣ (ενηλίκων) | | | | | | |
| | | | | | 11:45 - 12:30 | |
| | | 20:00 - 20:45 | | 20:00 - 20:45 | | |

| ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ | | | | | | |
|---------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|
| 07:00 - 11:00 | 07:00 - 11:00 | 07:00 - 11:00 | 07:00 - 11:00 | 07:00 - 11:00 | 08:00 - 10:00 | 10:00 - 18:00 |
| 12:00 - 17:00 | 12:00 - 17:00 | 12:00 - 17:00 | 12:00 - 17:00 | 12:00 - 17:00 | 12:30 - 20:00 | |
| 20:00 - 23:00 | 20:00 - 23:00 | 21:00 - 23:00 | 20:00 - 23:00 | 21:00 - 23:00 | | |

Η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ