



ΘΡΑΚΟΜΑΚΕΔΟΝΕΣ: Λ. Θρακομακεδόνων 10

Τηλ: 2102447934 • info 8001118700 thrakomakedones@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-24:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα 24/07	Τρίτη 25/07	Τετάρτη 26/07	Πέμπτη 27/07	Παρασκευή 28/07	Ώρες	Σάββατο 29/07	Κυριακή 30/07
09:30 - 10:20	BODY SCULPT Μαρίνα		PILATES Μαρίνα	HIPS & ABS Νάσος		11:00 - 11:50		
10:30 - 11:20								
17:00 - 17:50								
18:00 - 18:50	 Δημήτρης Κ.	PILATES Νάσος						
19:00 - 19:50	PILATES Μαρίνα	BODY SCULPT Νάσος	CARDIO Μαρίνα	 Μιχάλης Β.	PILATES Νάσος			
20:00 - 20:50	 Μαρίνα		PILATES Μαρίνα	CARDIO Μιχάλης Β.	BODY SCULPT Βαγγέλης			
21:00 - 21:50	BODY SCULPT Βαγγέλης				CARDIO Βαγγέλης			



ΘΡΑΚΟΜΑΚΕΔΟΝΕΣ: Λ. Θρακομακεδόνων 10

Τηλ: 2102447934 • info 8001118700 thrakomakedones@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-24:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα 31/07	Τρίτη 1/08	Τετάρτη 2/08	Πέμπτη 3/08	Παρασκευή 4/08	Ώρες	Σάββατο 5/08	Κυριακή 6/08
09:30 - 10:20						11:00 - 11:50		
10:30 - 11:20								
17:00 - 17:50								
18:00 - 18:50								
19:00 - 19:50	PILATES Μαρίνα	BODY SCULPT Νάσος	CARDIO Μαρίνα	BODY SCULPT Κατερίνα	PILATES Νάσος			
20:00 - 20:50								
21:00 - 21:50								

Από 7 - 27/8 δεν θα πραγματοποιηθούν ομαδικά προγράμματα