



ΓΟΥΔΗ: Μ. Ασίας 17 & Καισαρείας

Τηλ: 210-7719085 • Info: 8001118700 • goudi@yava.club • www.yava.gr
 Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή **Κλειστά**

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
08:30 - 09:20	BODY SCULPT Έλενα	BODY SCULPT Βάσια	YOGA Άρτεμις	PILATES MAT Ιωάννα Γ.	BODY SCULPT Νίκος			
17:00 - 17:50		PILATES MAT Κατερίνα Δ.		BODY SCULPT Κατερίνα Μ.				
18:00 - 18:50	BODY SCULPT Γεωργία	HIPS & ABS Μιχάλης	BODY SCULPT Βάσια	 Κατερίνα Μ.	HIPS & ABS Βάσια	18:00 - 18:50	BODY SCULPT Βάσια	
19:00 - 19:50	HIPS & ABS Γεωργία	 Μιχάλης	HIPS & ABS Βάσια	PILATES MAT Ειρήνη	 Κέλλυ	19:00 - 19:50	BODY SCULPT Βάσια	
20:00 - 20:50	 Ελεωνόρα	BODY SCULPT Μιχάλης	PILATES MAT Μαρία	 Ελεωνόρα	PILATES MAT Μαρία			
21:00 - 21:50	PILATES MAT Κατερίνα Δ. (21:00-21:45)	YOGA Άρτεμις	 Ελεωνόρα	YOGA Άρτεμις				
21:45 - 22:30	PILATES MAT Κατερίνα Δ.							

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ



ΓΟΥΔΗ: Μ. Ασίας 17 & Καισαρείας

Τηλ: 210-7719085 • Info: 8001118700 • goudi@yava.club • www.yava.gr

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

SMALL GROUP TRX

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
		08:00 – 08:30		08:00 – 08:30		
09:30 – 10:00	09:30 – 10:00			09:30 – 10:00	10:00 – 10:30	11:30 – 12:00
13:00 – 13:30	13:00 – 13:30	13:00 – 13:30	13:00 – 13:30	13:00 – 13:30	12:30 – 13:00	15:00 – 15:30
16:00 – 16:30	16:30 – 17:00	16:00 – 16:30	16:30 – 17:00	16:00 – 16:30	17:00 – 17:30	18:00 – 18:30
		22:00 – 22:30		22:00 – 22:30	20:00 – 20:30	

Η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση