



ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ: Λυκείου 28, Κορώνη Μαγαρά

Τηλ: 2810-254464 • Info: 8001118700 • heraklion@yava.club • www.yava.gr

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

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	YOGA Σοφία	PILATES MAT Μάνος	BODYPUMP Χάρης	PILATES MAT Μάνος	BODYPUMP Χάρης			
10:00 - 10:50	PILATES MAT Σοφία	STEP Μάνος	PILATES MAT Χάρης	CARDIO Μάνος	YOGA Padma			
17:30 - 18:15	BODYPUMP Μαρία	HIPS & ABS Γιάννης Κ.	PILATES MAT Μαρία	HIPS & ABS Μαρία	BODY SCULPT Γιάννης Κ.			
18:15 - 19:00	PILATES MAT Μαρία	BODY SCULPT Μαρία	BODYPUMP Μαρία	PILATES MAT Μαρία	HIPS & ABS Γιάννης Κ.			
19:00 - 19:45	BODYPUMP Μαρία	PILATES MAT Μαρία	STEP Μαρία	BODY SCULPT Γιάννης Κ.	BODY SCULPT Γιάννης Κ.			
19:45 - 20:30	YOGA Πέτρος	HIPS & ABS Γιάννης Κ.	BODY SCULPT Γιάννης Κ.	ZUMBA Δαυίδ	*KRAV MAGA Γιώργος			
20:30 - 21:15	BODYCOMBAT Γιάννης	BODY SCULPT Γιάννης Κ.	HIPS & ABS Γιάννης Κ.		PILATES MAT Μάνος			
22:00 - 23:00		*KRAV MAGA Γιώργος		*KRAV MAGA Γιώργος				
			*Y BIKE					
	10:00 - 10:30		10:00 - 10:30		10:00 - 10:30			
	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00	20:30 - 21:00			

* Οι υπηρεσίες έχουν επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ