



**ΜΠΟΥΡΝΑΖΙ: Σολωμού 59 & Χαριλάου Τρικούπη**

Τηλ: 2105734554 • info 8001118700 bournazi@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

### ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
11:00 - 11:50	<b>PILATES MAT</b> Αφροδίτη	<b>BODY SCULPT</b> Εύη	 Σπύρος	 Σάββας	<b>YOGA</b> Θανάσης	12:00 - 12:50	 Άγγελος	
17:00 - 17:50	<b>HIPS &amp; ABS</b> Γιάννης	 Βασιλίνα	<b>PILATES MAT</b> Αφροδίτη					
18:00 - 18:50	<b>BODY SCULPT</b> Γιάννης	 Βασιλίνα	 Αφροδίτη	<b>HIPS &amp; ABS</b> Γιάννης	 Σταμάτης	18:00 - 18:50	<b>BODY SCULPT</b> Γιώργος	
19:00 - 19:50	<b>BASIC CARDIO</b> Γιάννης	<b>HIPS &amp; ABS</b> Χάρης	 Βάσω	<b>CARDIO</b> Γιάννης	 Βασιλίνα	19:00 - 19:50	<b>BASIC CARDIO</b> Γιώργος	
20:00 - 20:50	 Άγγελος	<b>PILATES MAT</b> Άγγελος	 Σταμάτης	 Άγγελος				
21:00 - 21:50	<b>PILATES MAT</b> Νικόλ	<b>YOGA</b> Χάρης	<b>PILATES MAT</b> Ειρήνη	<b>YOGA</b> Νικόλ				

### Β' ΑΙΘΟΥΣΑ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
20:00 - 20:50	* TRX		* FUNCTIONAL TRAINING		* FUNCTIONAL TRAINING			

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει \*, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση