



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	PILATES MAT Νικόλ	BODY SCULPT Εύη	LES MILLS BODY PUMP Σπύρος	ZUMBA Francesco	YOGA Θανάσης			
17:00 - 17:50	HIPS & ABS Γιάννης	PILATES MAT Κατερίνα	BODY SCULPT Λία					
18:00 - 18:50	BODY SCULPT Γιάννης	LES MILLS BODY PUMP Κατερίνα	PILATES MAT Λία	HIPS & ABS Γιάννης	LES MILLS BODY COMBAT Σταμάτης	18:00 - 18:50	ZUMBA Άγγελος	
19:00 - 19:50	BASIC CARDIO Γιάννης	HIPS & ABS Μαρία	ZUMBA Βάσω	CARDIO Γιάννης	LES MILLS BODY PUMP Βασιλίνα	19:00 - 19:50	PILATES MAT Άγγελος	
20:00 - 20:50	ZUMBA Άγγελος	PILATES MAT Μαρία	LES MILLS BODY COMBAT Σταμάτης	ZUMBA Άγγελος				
21:00 - 21:50	PILATES MAT Άγγελος	YOGA Χάρης	PILATES MAT Κυριακή	YOGA Νικόλ				

Β' ΑΙΘΟΥΣΑ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
19:00 - 19:50	* TRX		* FUNCTIONAL TRAINING					

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση