

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ (ΞΗΡΟΚΡΗΝΗ): Συνταγματάρχη Φρύζη 25

Τηλ: 2310-741922 • Info: 8001118700 • thessksirokrini@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 08:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00



ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
10:00 - 10:50		BODY SCULPT Εύα		CARDIO Εύα				
11:00 - 11:50	CARDIO Στέλιος	PILATES MAT Ιωάννα	TAE-BO Στέλιος		 Στέλιος	11:00 - 11:50	CARDIO Στέλιος	
15:00 - 15:50	CARDIO Ειρήνη	 Στέλιος	HIPS & ABS Ειρήνη	CARDIO Στέλιος	HIPS & ABS Εύα			
18:00 - 18:50	BODY SCULPT Δέσποινα Β.	PILATES MAT Ιωάννα	 Εύα	STRETCHING Ιωάννα	STEP Δέσποινα Β.			
19:00 - 19:50	GYMSTICK Σωτήρης	STEP Σωτήρης	BODY SCULPT Σωτήρης	CARDIO Σωτήρης	PILATES MAT Ιωάννα			
20:00 - 20:50	BODY SCULPT Ειρήνη	 Εύα	HIPS & ABS Ειρήνη	 Εύα				

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ