

ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ: Πολυχνίτου 19 & Πόρου 50

Τηλ. 2105759347 • Fax: 210-5767346 • info: 8001118700 • peristeri@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00 - 23:00 • Σάββατο 10:00-20:00 • Κυριακή 11:00-19:00



ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή		Σάββατο	Κυριακή
09:30 - 10:30	PILATES MAT Θανάσης	 Σίσσυ	HIPS & ABS Νίκος	BODY SCULPT Νίκος	PILATES MAT Δημήτρης			
15:30 - 16:30	BODY SCULPT Νίκος	PILATES MAT Έφη		PILATES MAT Δημήτρης				
17:00 - 18:00	HIPS & ABS Νίκος		 Αγγελική	FUCTIONAL TRAINING Δημήτρης		18:00 - 18:50	BODY SCULPT Νίκος	
18:00 - 19:00		PILATES MAT Δημήτρης	TAE - BO Αγγελική	BODY SCULPT Αγγελική	BODY SCULPT Νίκος			
19:00 - 20:00	TAE - BO Δημήτρης	FUCTIONAL TRAINING Δημήτρης	PILATES MAT Θανάσης	 Αγγελική	HIPS & ABS Νίκος			
20:00 - 21:00	PILATES MAT Δημήτρης	 Βάσια	YOGA Θανάσης	 Βάσια	PILATES MAT Δημήτρης			

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ