



Ισχύει από 09/09

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ: Λεωφόρος Πόρτο Ράφτη 68

Τηλ: 22990-63737-8 • info: 8001118700 • markopoulo@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 08:00 - 23:00 • Σάββατο 10:00-20:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
10:30 - 11:20	BODY SCULPT Νατάσα Μ.	PILATES MAT Νατάσα Δ.	PILATES MAT Νατάσα Δ.	BODY SCULPT Νατάσα Δ.	PILATES MAT Νατάσα Δ.	11:30 - 12:20	PILATES MAT Νατάσα Δ.	
11:30 - 12:20			PILATES MAT Νατάσα Δ.			12:30 - 13:20	YOGA Νατάσα Δ.	
15:00 - 15:50		HIPS & ABS Βαγγέλης	BODY SCULPT Βαγγέλης	HIPS & ABS Βαγγέλης		13:30 - 14:20	* SMALL GROUP	
16:00 - 16:50		CARDIO Βαγγέλης	HIPS & ABS Βαγγέλης	CARDIO Βαγγέλης				
18:00 - 18:50	BODY SCULPT Νατάσα Δ.	STEP Έφη	BODY SCULPT Νατάσα Μ.	HIPS & ABS Ελένη	PILATES MAT Νατάσα Δ.			
19:00 - 19:50	PILATES MAT Νατάσα Δ.	 Έφη	HIPS & ABS Νατάσα Μ.	TAE-BO Ελένη	BODY SCULPT Νατάσα Δ.			
20:00 - 20:50	YOGA Νατάσα Δ.	STRETCHING Έφη	CROSS TRAINING Έφη	BODY SCULPT Ελένη	 Έφη			
21:00 - 21:50	BODY SCULPT Κώστας	* SMALL GROUP	PILATES MAT Έφη		STRETCHING Έφη			

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

* Η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση