



**ΠΑΛΑΙΟ ΦΑΛΗΡΟ : Λεωφόρος Αμφιθέας 23**

Τηλ: 2109850529 • Info: 8001118700 • pfaliro@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00 - 24:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

**ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ**

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	HIPS & ABS Γιώργος	BODY SCULPT Μαρία	 Βάσω	PILATES MAT Μαρία	 Μαρία 08:30 - 09:20			
10:00 - 10:50	BODY SCULPT Γιώργος	PILATES MAT Μαρία		PILATES MAT Μαρία	 Μαρία 09:30 - 10:20	12:00 - 12:50	PILATES MAT Φωτεινή	
17:00 - 17:50	 Βιολέτα 17:15 - 17:45	BODY SCULPT Ελισάβετ	BODY SCULPT Ελισάβετ	PILATES MAT Ιωάννα	CROSS TRAINING Ελισάβετ			
18:00 - 18:50	 Βιολέτα	PILATES MAT Ιωάννα	 Βιολέτα	HIPS & ABS Ιωάννα	 Σταύρος			
19:00 - 19:50	PILATES MAT Άλκηστις	 Ηλίας	 Βιολέτα	 Ηλίας	HIPS & ABS Σταύρος	19:30 - 20:20	 Βάσω	
20:00 - 20:50	 Κατερίνα	 Βάσω	BODY SCULPT Γιάννης	 Ηλίας	 Κατερίνα			
21:00 - 21:50	YOGA Θανάσης	 Κατερίνα	BASIC CARDIO Γιάννης	YOGA Κωστής				

**Β' ΑΙΘΟΥΣΑ**

19:00 - 19:50	PILATES MAT Χρυσαιγή 19:10 - 20:00							
---------------	--	--	--	--	--	--	--	--

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ