



ΧΑΛΑΝΔΡΙ: Κ. Βάρναλη 11

Τηλ: 210-6839814 • info: 8001118700 • chalandri@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα 06:00 έως Παρασκευή 24:00 • Σάββατο 08:00-22:00 • Κυριακή 08:00-22:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
10:00 - 10:50	PILATES MAT Ελένη Κ.	 Σοφία	PILATES MAT Νατάσα	YOGA Μάνθα	BODY SCULPT Γιάννης Τ.	11:00 - 11:50	 Σοφία	
						12:00 - 12:50	PILATES MAT Σοφία	
17:00 - 17:50	PILATES MAT Σοφία	 Ελένη Κ.	PILATES MAT Γιάννης Π.	HIPS & ABS Σοφία	BODY SCULPT Δημήτρης			
18:00 - 18:50	 Μαριαλένα	PILATES MAT Ελένη Κ.	 Σοφία	BODY SCULPT Σοφία	YOGA Μάνθα			
19:00 - 19:50	 Μαριαλένα	 Ελένη Κ.	 Μαριαλένα	 Κατερίνα Σ.	PILATES MAT Ελένη Κ.			
20:00 - 20:50	PILATES MAT Ευγενία	 Francesco	 Μαριαλένα	 Γιάννης	 Ελένη Κ.			

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

έως και 28/07



ΧΑΛΑΝΔΡΙ: Κ. Βάρναλη 11

Τηλ: 210-6839814 • info: 8001118700 • chalandri@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα 06:00 έως Παρασκευή 24:00 • Σάββατο 08:00-22:00 • Κυριακή 08:00-22:00

Γ' ΑΙΘΟΥΣΑ

10:30	*small group TRX 30'		*small group TRX 30'		*small group TRX 30'	11:00	*small group TRX 30'	
18:00	*functional training 60'	*small group TRX 30'	*functional training 60'	*small group TRX 30'	*functional training 60'	19:00	*small group TRX 30'	
19:00		*KICK BOXING Στέφανος		*KICK BOXING Στέφανος				

BIKE STUDIO

Όρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Όρες	Σάββατο	Κυριακή
19:00 - 19:50	Y BIKE Νίκος		Y BIKE Νίκος		LES MILLS RPM Πέτρος			

Η υπηρεσίες έχουν επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ