






Κ. ΠΑΤΗΣΙΑ: Ευγ. Καράβια 73 & Αχαρνών 330

Τηλ: 210-2020580 • Info: 8001118700 • k.patisia@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Καθαρά Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο
09:00 - 09:50		PILATES MAT Αννίτα	PILATES MAT Βίκυ	BODY SCULPT Βίκυ	BODY SCULPT Μιχάλης		
10:00 - 10:50		STEP Μιχάλης 10:30 - 11:20	 Βίκυ	PILATES MAT Βίκυ	PILATES MAT Βίκυ		
11:00 - 11:50							
11:30 - 12:20			YOGA Έλενα				
17:00 - 17:50							
18:00 - 18:50		YOGA Μάνθα	PILATES MAT Γεωργία	BODY SCULPT Μιχάλης		18:30 – 19:20	BODY SCULPT Μιχάλης
19:00 - 19:50		BODY SCULPT Λευτέρης	 Μάγδα		Y FIGHT Antonello		
20:00 - 20:50		 Δωρίνα		*CARDIO DRUMS Γεωργία	BODY SCULPT Antonello		
21:00 - 21:50		INTERVAL TRAINING Antonello	YOGA Κώστας	PILATES MAT Γεωργία			

**Α
Ι
Θ
Υ
Σ
Α**

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση



Κ. ΠΑΤΗΣΙΑ: Ευγ. Καράβια 73 & Αχαρνών 330

Τηλ: 210-2020580 • Info: 8001118700 • k.patisia@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-23:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Καθαρά Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο
10:00 - 10:50							
11:00 - 11:50						11:30 - 12:20	* PILATES Plus Αλεξάνδρα
12:00 - 12:50		*TRX Νίκος	*TRX Νίκος	*TRX Νίκος	*TRX Νίκος	13:00 - 13:50	*AERIAL YOGA Ηλιάννα
17:00 - 17:50							
18:00 - 18:50			*TAI CHI / QI GONG Ζέτα	YOGA Έλενα	*AFRO WORKOUT Antonello		
19:00 - 19:50			*TRX				
20:00 - 20:50		*CROSS TRAINING Μιχάλης	*KRAV MAGA Διονύσης 20:30 - 21:20				
21:00 - 21:50					*CROSS TRAINING Μιχάλης		

**Α
Ι
Θ
Υ
Σ
Α**

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση