



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	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο
09:00 - 09:50	HIPS & ABS Μιχάλης		PILATES MAT Βίκυ		BODY SCULPT		
10:00 - 10:50		STEP Μιχάλης 10:30 - 11:20	 Ντίνος	PILATES MAT Βίκυ	PILATES MAT Βίκυ	11:00 - 11:50	 Μάγδα
11:00 - 11:50	 Δωρίνα	YOGA Γιάννης 10:30 - 11:20		HIPS & ABS Ντίνος		12:00 - 12:50	* PILATES Plus Μάγδα
11:30 - 12:20			YOGA Έλενα				
17:00 - 17:50	PILATES MAT Χρύσα			*KIDS ACADEMY	TAE-BO Antonello		
18:00 - 18:50	INTERVAL TRAINING Χρύσα	YOGA Μάνθα	TABATA Γιώργος	BODY SCULPT		18:30 - 19:20	BODY SCULPT Μιχάλης
19:00 - 19:50	HIPS & ABS Γιώργος	BODY SCULPT Βασίλης	 Μάγδα	YOGA Έλενα			
20:00 - 20:50	CARDIO Γεωργία	 Δωρίνα	TABATA Βασίλης	*CARDIO DRUMS Γεωργία	*YOGA Κώστας 10:30 - 11:20		
21:00 - 21:50	PILATES MAT Γεωργία		YOGA Κώστας	PILATES MAT Γεωργία			

Α
Ι
Θ
Υ
Σ
Α

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ



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	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο
09:00 - 09:50		* PILATES Plus Αννίτα					
10:00 - 10:50	*FUNCTIONAL TRAINING Ντίνος					12:00 - 12:50	* PILATES Plus Μάγδα
11:00 - 11:50		*TRX			*TRX		
17:00 - 17:50							
18:00 - 18:50			*ΤΑΙ CHI / QI GONG Ζέτα		*AFRO WORKOUT Antonello		
19:00 - 19:50	*AERIAL YOGA Ηλιάννα		*TRX				
20:00 - 20:50	*TRX	*CROSS TRAINING Μιχάλης			*KICK BOXING Βασίλης		
21:00 - 21:50	*KRAV MAGA Αχιλλέας	*KICK BOXING Βασίλης	*KRAV MAGA Αχιλλέας		*CROSS TRAINING Μιχάλης		

**Α
Ι
Θ
Υ
Σ
Α**

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ