



ΜΕΛΙΣΣΙΑ: Πεντέλης 67

Τηλ: 210-8045126 • Info: 8001118700 • melissia@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	Κυριακή
09:00 - 09:50	INTERVAL TRAINING Στέλιος	BODY SCULPT Ράνια	HIPS & ABS Κωνσταντίνα	PILATES MAT Σοφία		09:30 - 10:20		
10:00 - 10:50	PILATES MAT Κωνσταντίνος	PILATES MAT Ράνια		BODY SCULPT Σοφία	 Ξένια 10:30 - 11:20			
11:00 - 11:50	YOGA Κωνσταντίνος					11:00 - 11:50	* TRX Γιάννης	
18:00 - 18:50					YOGA Ασπασία			
19:00 - 19:50	BODY SCULPT Παναγιώτης	PILATES MAT Ράνια	HIPS & ABS Πάνος	YOGA Χάρης				
20:00 - 20:50	YOGA Ασπασία	CARDIO Ράνια	INTERVAL TRAINING Παναγιώτης	CARDIO Ράνια				
21:00 - 21:50	* TRX		* TRX					

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ