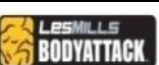


ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:00 - 09:50	BODY SCULPT Νίκος Χ.	PILATES MAT Εύα	CARDIO Γιάννης	BODY SCULPT Κάθυ	BODY SCULPT Κώστας			
10:00 - 10:50	HIPS & ABS Νίκος Χ.	BODY SCULPT Εύα	YOGA Σοφία Α.	PILATES MAT Σοφία Κ.	CARDIO Κώστας	10:00 - 10:50	PILATES MAT Αλέξης	
11:00 - 11:50	PILATES MAT Αλέξης	YOGA Σοφία Α.	ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ Αλεξάνδρα	 Σοφία Κ.	PILATES MAT Έλενα	11:00 - 11:50	 Αλέξης	
12:00 - 12:50	PILATES MAT Αλέξης					12:00 - 12:50	CROSS TRAINING Άρης	
16:00 - 16:50	CROSS TRAINING Άρης	HIPS & ABS Γιώργος Ν.	CROSS TRAINING Άρης	ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ Αλεξάνδρα	CROSS TRAINING Άρης			
17:00 - 17:50	HIPS & ABS Άρης	BODY SCULPT Γιώργος Ν.	HIPS & ABS Άρης	BODY SCULPT Κάθυ	PILATES MAT Γιάννης			
18:00 - 18:50	 Γιώργος Δ.	 Κάθυ	BODY SCULPT Άρης	PILATES MAT Κάθυ	CARDIO Γιάννης	18:00 - 18:50	ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ Αλεξάνδρα	
19:00 - 19:50	ΟΡΘΟΣΩΜΙΑ Αλεξάνδρα	PILATES MAT Κάθυ	 Σάββας	 Νίκος Κ.	YOGA Λία			
20:00 - 20:50	CARDIO Κώστας	YOGA Λία	 Γιώργος Δ.	 Νίκος Κ.	 Αλέξης			
21:00 - 21:50	BODY SCULPT Κώστας	 Σάββας						

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ



BAPH: Λεωφόρος Βάρης 90 & Καλαμάτας 1

Τηλ: 210-8990048 • info: 8001118700 • vari@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 06:00-24:00 • Σάββατο 08:00-22:00 • Κυριακή 10:00-20:00

BIKE STUDIO

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
11:00 - 11:50	*Y BIKE Νίκος				*Y BIKE Νίκος	11:00 - 11:50	*Y BIKE Σάρα	
18:00 - 18:50				*Y BIKE Απόστολος				
19:00 - 19:50			*Y BIKE Γιώργος	*Y BIKE Απόστολος				
19:30 - 20:20		*Y BIKE Απόστολος						
20:00 - 20:50	*Y BIKE Έφη				*Y BIKE Έφη			
20:30 - 21:20		*Y BIKE Απόστολος						
21:00 - 21:50	*Y BIKE Έφη							

***YAVA FAST**

	10:00 - 11:00		10:00 - 11:00		10:00 - 11:00			
			18:00 - 19:00		18:00 - 19:00			
	19:00 - 20:00		19:00 - 20:00					
	20:00 - 21:00				20:00 - 21:00			

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ

Όπου υπάρχει *, η υπηρεσία έχει επιπλέον χρέωση



ΒΑΡΗ: Λεωφόρος Βάρης 90 & Καλαμάτας 1

Τηλ: 210-8990048 • info: 8001118700 • vari@yava.club • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 06:00-24:00 • Σάββατο 08:00-22:00 • Κυριακή 10:00-20:00

CAMP

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
09:00 – 10:00	09:00 – 10:00	09:00 – 10:00	09:00 – 10:00	09:00 – 10:00		

AQUA AEROBIC

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
11:00 - 11:45	11:00 - 11:45	11:00 - 11:45		11:00 - 11:45		
	19:45 - 20:30	19:45 - 20:30	19:45 - 20:30	19:45 - 20:30		

ΕΛΕΥΘΕΡΗ ΚΟΛΥΜΒΗΣΗ

Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Σάββατο	Κυριακή
07:00 – 08:30	07:00 – 08:30	07:00 – 08:30	07:00 – 08:30	07:00 – 08:30	10:00 – 18:00	10:00 - 18:00
14:00 – 23:00	14:00 – 19:45	14:00 – 19:45	14:00 – 19:45	14:00 – 19:45		
	20:30 – 23:00	20:30 – 23:00	20:30 – 23:00	20:30 – 23:00		

Η υπηρεσίες έχουν επιπλέον χρέωση

ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΝΔΕΧΕΤΑΙ ΝΑ ΤΡΟΠΟΠΟΙΗΘΕΙ ΧΩΡΙΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΗ