ΓΛΥΦΑΔΑ: Ξενοφώντος 32

Τηλ. : 210-9608651 • Info: 8001118700 • glifada@yava.club •www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 06:00 - 01:00 συνεχόμενο (24h) • Σάββατο 07:00-22:00 • Κυριακή 08:00-22:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα 31/07	Τρίτη 1/08	Τετάρτη 2/08	Πέμπτη 3/08	Παρασκευή 4/08		Σάββατο 5/08	Κυριακή 6/08
08:30 - 09:20						**10:00 - 10:50**		
09:30 - 10:20	**BODY SCULPT** Εύα		**PILATES** Εύα			**11:00 - 11:50**		
11:00 - 11:50						**12:00 - 12:50**		
15:30 - 16:20								
17:00 - 17:50						**18:00 - 19:00**		
18:00 - 18:50						**19:00 - 19:50**		
19:00 - 19:50	**PILATES** Εύα	**BODY SCULPT** Εύα	LesMills BODYPUMP Ειρήνη Π.	**HIPS & ABS** Έφη	I.M.A fitness Γιώργος Δ.			
20:00 - 20:50	ZUMBA fitness Εύα	**PILATES** Αλέξης	LesMills BODYATTACK Ειρήνη Π.	LesMills BODYPUMP Έφη	ZUMBA fitness Αλέξης			
21:00 - 21:50								
22:00 - 22:50								

ΓΛΥΦΑΔΑ: Ξενοφώντος 32

Τηλ. : 210-9608651 • Info: 8001118700 • glifada@yava.club •www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 06:00 - 01:00 συνεχόμενο (24h) • Σάββατο 07:00-22:00 • Κυριακή 08:00-22:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα 7/08	Τρίτη 8/08	Τετάρτη 9/08	Πέμπτη 10/08	Παρασκευή 11/08		Σάββατο 12/08	Κυριακή 13/08
08:30 - 09:20						**10:00 - 10:50**		
09:30 - 10:20	**BODY SCULPT** Εύα		**PILATES** Εύα			**11:00 - 11:50**		
11:00 - 11:50						**12:00 - 12:50**		
15:30 - 16:20								
17:00 - 17:50						**18:00 - 19:00**		
18:00 - 18:50						**19:00 - 19:50**		
19:00 - 19:50	**PILATES** Εύα	**BODY SCULPT** Εύα	LesMills BODYPUMP Ειρήνη Π.	**HIPS & ABS** Έφη				
20:00 - 20:50	ZUMBA FITNESS Εύα	**PILATES** Αλέξης	LesMills BODYATTACK Ειρήνη Π.	LesMills BODYPUMP Έφη				
21:00 - 21:50								
22:00 - 22:50								

ΓΛΥΦΑΔΑ: Ξενοφώντος 32

Τηλ. : 210-9608651 • Info: 8001118700 • glifada@yava.club •www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 06:00 - 01:00 συνεχόμενο (24h) • Σάββατο 07:00-22:00 • Κυριακή 08:00-22:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα 14/08	Τρίτη 15/08	Τετάρτη 16/08	Πέμπτη 17/08	Παρασκευή 18/08		Σάββατο 19/08	Κυριακή 20/08
08:30 - 09:20						**10:00 - 10:50**		
09:30 - 10:20						**11:00 - 11:50**		
11:00 - 11:50						**12:00 - 12:50**		
15:30 - 16:20								
17:00 - 17:50						**18:00 - 19:00**		
18:00 - 18:50						**19:00 - 19:50**		
19:00 - 19:50			LesMills BODYPUMP Ειρήνη Π.	**HIPS & ABS** Έφη				
20:00 - 20:50								
21:00 - 21:50								
22:00 - 22:50								