





ΑΝΩ ΛΙΟΣΙΑ: Ελευθερίας 6 & Βελουχιώτη

Τηλ. 2102470290 • info: 8001118700 • anoliosia@yava.gr • 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		Σάββατο	Κυριακή
09:30 - 10:20		HIPS & ABS Ελισάβετ		BODY SCULPT Ελισάβετ				
10:30 - 11:20	PILATES Μαρία		PILATES Μαρία		 Κατερίνα Κ.			
18:00 - 18:50	HIPS & ABS Μαρία	BODY SCULPT Μιχάλης	STEP Ραφαήλια	BODY SCULPT Ελισάβετ	HIPS & ABS Ελισάβετ			
19:00 - 19:50	PILATES Μαρία	CROSS TRAINING Μιχάλης	BODY SCULPT Ραφαήλια	PILATES Μαρία	BODY SCULPT Ελισάβετ			
20:00 - 20:50	 Ραφαέλα	BODY SCULPT Ελισάβετ	 Κατερίνα Κ.	YOGA Μαρία	 Ραφαέλα			
			BIKE STUDIO					
19:00 - 19:50	Y BIKE Χριστόφορος		Y BIKE Χριστόφορος		Y BIKE Χριστόφορος			
20:00 - 20:50	Y BIKE Χριστόφορος	Y BIKE Χριστόφορος	Y BIKE Χριστόφορος	Y BIKE Χριστόφορος				