



ΘΡΑΚΟΜΑΚΕΔΟΝΕΣ: Λ. Θρακομακεδόνων 10

Τηλ: 2102447934 • info 8001118700 thrakomakedones@yava.gr • www.yava.gr

Ωράριο Λειτουργίας : Δευτέρα - Παρασκευή 07:00-24:00 • Σάββατο 09:00-21:00 • Κυριακή 11:00-19:00

ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΑ ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ

Ώρες	Δευτέρα	Τρίτη	Τετάρτη	Πέμπτη	Παρασκευή	Ώρες	Σάββατο	Κυριακή
09:30 - 10:20	BODY SCULPT Μαρίνα	FLOWBILITY Μαρίνα	PILATES Μαρίνα	HIPS & ABS Νάσος	BODY SCULPT Δημήτρης Μπ.	11:00 - 11:50	PILATES Μιχάλης Γ.	
10:30 - 11:20	PILATES Μαρίνα	BODY SCULPT Μαρίνα	 Μαρίνα	PILATES Νάσος	CARDIO Δημήτρης Μπ.			
17:00 - 17:50	HIPS & ABS Ελισάβετ	YOGA Γιώργος	HIPS & ABS Δημήτρης Μπ.					
18:00 - 18:50	 Δημήτρης Κ.	PILATES Νάσος	BODY SCULPT Δημήτρης Μπ.	 Μιχάλης Β.	YOGA Γιώργος			
19:00 - 19:50	PILATES Μαρίνα	BODY SCULPT Νάσος	CARDIO Μαρίνα	 Μιχάλης Β.	PILATES Νάσος			
20:00 - 20:50	 Μαρίνα	 Μαράνια	PILATES Μαρίνα	CARDIO Μιχάλης Β.	BODY SCULPT Βαγγέλης			
21:00 - 21:50	BODY SCULPT Βαγγέλης	 Ραφαέλα	FLOWBILITY Μαρίνα	 Ραφαέλα	CARDIO Βαγγέλης			