

**מערכת מיוחדת למוצאי שבת 12/1/19**

לכל השיעורים יש צורך להירשם! ההרשמה מיום חמישי ה- 10.1.19.

ביום ראשון ה 13.1.19 מתקיים משחק בטדי, שיעור אחרון ב 18:30. נא להתעדכן בשינוים מערכת ההרשמה. חדר הכושר פועל כרגיל.

סייף	ספינינג	סגול	סטודיו 3	סטודיו 2	סטודיו 1	ש נ ע ט נ
<u>17:35</u> פילאטיס אפרת **	<u>17:35</u> יונתן (גם לגברים)	<u>17:35</u> Body Power טלי ****	<u>17:50</u> פילאטיס power נורית *** (גם לגברים)	<u>17:50</u> עיצוב HIIT יעל בן גרשום ****	<u>17:50</u> עיצוב הגוף צביה ***	
	<u>18:35</u> יונתן (גם לגברים)	<u>18:45</u> Body Power נורית **** (גם לגברים)	<u>18:45</u> פילאטיס יעל בן גרשום **	<u>18:45</u> זומבה דויד *** (גם לגברים)	<u>18:45</u> עיצוב הגוף צביה ***	

**מערכת מיוחדת למוצאי שבת 12/1/19**

לכל השיעורים יש צורך להירשם! ההרשמה מיום חמישי ה- 10.1.19.

ביום ראשון ה 13.1.19 מתקיים משחק בטדי, שיעור אחרון ב 18:30. נא להתעדכן בשינוים מערכת ההרשמה. חדר הכושר פועל כרגיל.

סייף	ספינינג	סגול	סטודיו 3	סטודיו 2	סטודיו 1	ש נ ע ט נ
<u>17:35</u> פילאטיס אפרת **	<u>17:35</u> יונתן (גם לגברים)	<u>17:35</u> Body Power טלי ****	<u>17:50</u> פילאטיס power נורית *** (גם לגברים)	<u>17:50</u> עיצוב HIIT יעל בן גרשום ****	<u>17:50</u> עיצוב הגוף צביה ***	
	<u>18:35</u> יונתן (גם לגברים)	<u>18:45</u> Body Power נורית **** (גם לגברים)	<u>18:45</u> פילאטיס יעל בן גרשום **	<u>18:45</u> זומבה דויד *** (גם לגברים)	<u>18:45</u> עיצוב הגוף צביה ***	

**מערכת מיוחדת למוצאי שבת 12/1/19**

לכל השיעורים יש צורך להירשם! ההרשמה מיום חמישי ה- 10.1.19.

ביום ראשון ה 13.1.19 מתקיים משחק בטדי, שיעור אחרון ב 18:30. נא להתעדכן בשינוים מערכת ההרשמה. חדר הכושר פועל כרגיל.

סייף	ספינינג	סגול	סטודיו 3	סטודיו 2	סטודיו 1	ש נ ע ט נ
<u>17:35</u> פילאטיס אפרת **	<u>17:35</u> יונתן (גם לגברים)	<u>17:35</u> Body Power טלי ****	<u>17:50</u> פילאטיס power נורית *** (גם לגברים)	<u>17:50</u> עיצוב HIIT יעל בן גרשום ****	<u>17:50</u> עיצוב הגוף צביה ***	
	<u>18:35</u> יונתן (גם לגברים)	<u>18:45</u> Body Power נורית **** (גם לגברים)	<u>18:45</u> פילאטיס יעל בן גרשום **	<u>18:45</u> זומבה דויד *** (גם לגברים)	<u>18:45</u> עיצוב הגוף צביה ***	