



# ב- Great Shape תל אביב 22.1.2019 יום הגבר

## JANUARY 2019

### SKIDEAL WEEK 2019

indor cycling						
שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
				אור		08:00
	קובי		קובי		קובי	09:00
10:00-11:00 בר	קובי					10:00
11:00-12:00 בר						11:00
		קובי 19:30	קובי		אור	19:00
					אור	20:00

Straps - רצועות						
שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
		קובי		Core Pilates + רצועות מיכל	אור	07:00
	יאיר		קובי			08:00
	יאיר					09:00
אור						12:00
	קובי					13:00
			קובי	עודד		18:00
		עודד functional				19:00
			אור	surfset & רצועות עודד	יאיר	21:00

STUDIO GREAT SHAPE						
שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
	8:00 Surfset Burn מריל	8:00 Yoga ורד	7:00 Surfset Balance מריל	8:00 Pilates מיכל	8:00 Core and Balance שיר	
09:00-10:00	9:30 Kickbox קרן	9:00 Classic Shape שירה	9:00 Ashtanga Yoga סימה	9:00 Ashtanga Yoga סימה	9:00 HIIT שירה	9:00 Fitness Shape לאור
10:00-11:00	10:00 HIIT נעמה		10:00 Classic Shape קובי	10:00 Gold core ורד	10:00 Feldenkrize רוחלה	10:00 Feldenkrize רוחלה
11:00-12:00	11:00 Core Pilates אור		11:00 Feldenkrize רוחלה			11:00 Gold core ורד
12:00-13:00	14:15 Zumba ולדי		12:00 Feldenkrize רוחלה			
	17:00 Yoga יובל	18:00 HIIT קטיה			18:00 Body Shape קטיה	
		19:00 Yoga ורד	19:00 Yoga סיוון	19:00 Functional Training קטיה	19:00 Classic Shape אור	19:00 Zumba ולדי
		20:00 Core Pilates עודד	20:00 Classic Shape ג'ני	20:00 Zumba ולדי	19:00 Core - קטיה	20:00 Body Dream מיכל
			Kickbox 20:00 קרן	20:30 Kickbox רמי	20:00 core pilates עודד	20:30 Kickbox רמי
				21:00 Classic Pilates רחלי	21:00 Yoga סיוון	



שיעורי surfset מותנים בהרשמה מראש, ההרשמה נפתחת 24 שעות מראש. ההרשמה לשיעורים באמצעות אפליקציית "great shape", לפרטים ותמיכה ניתן לפנות לקבלה.

השיעורים מותנים במינימום 5 משתתפים. אין להיכנס לשיעורים 10 דקות לאחר תחילת השיעור. טלפון סניף גרייט שייפ ת"א: 03-6955353

שעות פתיחה: ימים א'-ה' 06:00-24:00, ימי ו' 07:00-19:00, ימי שבת 09:00-22:00



יום / שעה	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
<b>בוקר</b>						
8:00	ירי דוידוב				ירי דוידוב	
9:00			ירי דוידוב			
12:00						ירי דוידוב
<b>ערב</b>						
18:00	ירי דוידוב		ירי דוידוב			

### מחירון

מס' שיעורים	מחיר	סה"כ	מחיר לחבר מועדון	סה"כ	תוקף
1	₪ 85	₪ 85	₪ 80	₪ 80	שבוע
8	₪ 80	₪ 640	₪ 75	₪ 600	חודש
24	₪ 75	₪ 1800	₪ 70	₪ 1680	3 חודשים
50	₪ 70	₪ 3500	₪ 65	₪ 3250	6 חודשים
100	₪ 65	₪ 6500	₪ 60	₪ 6000	שנה

- \* לפרטים נוספים ניתן לפנות לקבלה.
- \* יש להירשם מראש בקבלה או באפליקציית great shape.
- \* ביטול שיעור יעשה עד יום לפני בשעה 20:00.
- \* **אי עמידה בזמני הביטול-תגרור חיוב מלא של השיעור**

ייתכנו שינויים במערכת.



ליהנות. להתמיד. להצליח.

לפרטים והרשמה

03-6955353

# חדש! BOX כיכר רבין

שיטת אימון המבוססת על אימוני כוח וסיבולת, המשלבת אלמנטים מעולם ההנפות, תרגילים אירוביים, משקל גוף, דאמבלים, קטלבלים ועוד. האימונים מתבצעים בקבוצות קטנות עם יחס אישי שתביא אותך לתוצאה הכי טובה שלך!

