

22-25.3 יום האישה This is a woman's world

MARCH 2020

INDOR CYCLING						
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:00					08:30 קובי	
09:00	דובב					09:30 קובי/דובב
10:00					15:30 אור	10:30 קובי/דובב
18:00	דובב					
19:00	דובב					
20:00		אור	דובב			
21:00						

חדש!!!
מיני בטן בימים א-ה
בשעות 21:00, 20:00, 19:00

GREAT BOX						
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:00						
09:00					מתחילים מיכאל סון	
10:00						
19:00	מתחילים מיכאל סון		מתחילים מיכאל סון			
20:00	מתקדמים מיכאל סון		מתחילים מיכאל סון			
21:00	open gym		open gym			

מחירון				
כרטיסיה	תוקף	מחיר	סה"כ	חבר מועדון
שעור הכרות	אין	ללא עלות	ללא עלות	ללא עלות
כרטיסיה 10	חודשיים	50 ש"ח	500 ש"ח	40 ש"ח
ללא הגבלה-מנוי	6 חודשים	350 ש"ח	2,100 ש"ח	290 ש"ח
				1,740 ש"ח

שעות פתיחה: ימים א-ד' 24:00-06:00, יום ה' 23:00-06:00, יום ו' 19:00-07:00, יום שבת 19:00-08:30

- לא תותר כניסה ללא אישור רפואי • מומלץ להשתמש בשעון דופק
- נא להצטייד בבקבוק מים ומגבת
- על מנת להבטיח את מקומכם אנא הגיעו מספר דקות לפני תחילת השיעור



www.great-shape.co.il | חיגו *פזשפ (5277*)

STUDIO GREAT SHAPE						
ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:00 האתה יוגה ליאור	08:30 Core Fitball	08:30 מתיחות קארין	08:30 פילאטים מיכל	07:30 התעמלות בריאותית מלי	07:30 Core Fitball מיכל	09:30 פילאטים מיתר
08:30 זמבה סופי	08:30 פילאטים מלי	08:30 פילאטים איריס	08:30 Core Pilates קארין	08:30 התעמלות בריאותית מיכל גולן	08:30 פילאטים רות	09:30 פילאטים סבב
09:30 Core Pilates נירית	09:30 עיצוב מיכל	09:30 עיצוב דינאמי קארין	09:30 זמבה עדי	08:30 ויניאסה יוגה נועם	08:30 פילאטים שחר	
09:30 פילאטים איריס	09:30 פלדנקרייז רינה	09:30 פלדנקרייז חווה	09:30 התעמלות בריאותית קארין	09:30 פלדנקרייז גילה	09:30 עיצוב דינאמי רות	10:30 פונקציונלי עם רצועות איציק
10:30 עיצוב נירית	10:30 פלדנקרייז רינה	10:30 פלדנקרייז חווה		10:30 פילאטים איריס	09:30 האתה יוגה נועם	10:30 זמבה איב
			17:00 פלדנקרייז רינה		14:30 Kick Box לימור	
		18:00 core Fitness טל	18:00 Body Shape הדר			
18:00 H.I.I.T. איציק	17:45 ויניאסה יוגה מילנה	18:00 Shape Fitness ארז לוי	18:00 האתה יוגה הילה	18:00 Core Strech שרית		
19:00 Core Pilates מיתר	19:00 זמבה עדי	19:00 קיקבוקס תמר	19:00 Hiit Challenge דובב	19:00 פונקציונלי עם רצועות-דובב		
20:00 זמבה אלס	19:00 Kick Box ארז לוי	19:00 מתיחות נוי	20:00 פילאטים מלי	19:00 זמבה שרית		
20:00 Exhiit דובב	20:00 Core & Strech ארז לוי	20:00 Gym Fitness איציק	21:00 זמבה שרית	20:00 Exhiit דובב		
21:00 פונקציונלי עם רצועות איציק	20:00 פונקציונלי עם רצועות איציק	20:00 זמבה נוי				

לקבלת עדכונים ומערכת שעות במייל, הרשמו בקבלה
 - שיעור חדש - שיעורים המסומנים בצהוב מתקיימים באולם הסמאש הרשמה מוקדמת בקבלה בשעה 17:00
 אולמות הסטודיו יפתחו כ-20 דק לפני תחילת שיעור.
 מומלץ להגיע חמש דקות לפני תחילת השיעור, לא תותר כניסה חמש דקות לאחר תחילתו.

ת"א - אבן גבירול | רעננה | כפר סבא | רחובות | באר שבע | גדרה | רמת השרון | בני ברק-רמת גן | נשר

מערכת שעות סטודיו פילאטיס מכשירים GREAT SHAPE רחובות

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	שעה / יום
	שחר	מיכל	מיכל		מיכל		07:30-08:30
	מיכל	רעות	מלי	מיכל	מיכל	שני	08:30-09:30
סבב מדריכות	מיכל	רעות	מלי	מיכל	איילה	שני	09:30-10:30
רעות 10:30	מיכל	רעות	מלי	מיכל			10:30-11:30
רעות 11:30							13:00-14:00
	רעות						14:00-15:00
	רעות						15:00-16:00
					איריס	מלי	17:00-18:00
		דניאל 18:30	גוני	רויטל	איריס	מלי	18:00-19:00
		דניאל 19:30	גוני	רויטל	איריס	מלי	19:00-20:00
			מיכל	רויטל	מיכל	מלי	20:00-21:00
			מיכל	מיכל	מיכל		21:00-22:00

מחירון

סה"כ	מחיר לחבר מועדון	סה"כ	מחיר	תוקף	מס' שיעורים
50 ₪	50 ₪	50 ₪	50 ₪	אין	שיעור היכרות
80 ₪	80 ₪	90 ₪	90 ₪	אין	1
520 ₪	65 ₪	600 ₪	75 ₪	חודש	8
1,440 ₪	60 ₪	1,560 ₪	65 ₪	3 חודשים	24
2,750 ₪	55 ₪	3,000 ₪	60 ₪	6 חודשים	50

* יש לתאם הגעה מראש - מס' המקומות בשיעור מוגבל.

* מינימום 2 משתתפים בשיעור.

* ניתן לבטל שיעור יום לפני עד השעה 20:00 בלבד.

* ביטול שיעור ביום א' יעשה ביום ו' שלפני עד השעה 12:00 בלבד.

* ביטול שיעור שלא בזמנים יחויב בשיעור מלא.

* יתכנו שינויים במערכת השעות

ליהנות. להתמיד. להצליח.



ביל"ו 2, קניון רחובות קומה תחתונה

לפרטים והרשמה

08-9370770

