

# מערכת שעות GREAT SHAPE רעננה

שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
	core pilates עם נירית		<b>07:15</b> אימון בריאותי עם שיר שקד	CORE עם נירית	<b>07:15</b> אימון בריאותי עם שיר שקד	<b>07:00-08:00</b>
CORE FITNESS עם נטע	core pilates עם נירית		CORE עם אולה	CORE עם נירית	CORE עם אולה	<b>08:00-09:00</b>
יוגה עם בני	CORE FITNESS עם תמר לב עוז	CORE FITNESS עם שני	DANCE עם אולה	<b>09:30</b> Core fitness עם תמי קים	DANCE עם קרינה	<b>09:00-10:00</b>
	CORE GOLD עם תמי קים	CORE עם נטע	אימון בריאותי עם דברת		מתיחות עם תמר לב עוז	<b>10:00-11:00</b>
<b>11:30</b> DANCE עם עידן חברוני		ריקודי בטן עם ורד טל				<b>11:00-12:00</b>
						<b>17:00-18:00</b>
	CORE PILATES עם שיר שקד	CORE FITNESS עם שני	<b>18:15</b> יוגה עם איילה	CORE FITNESS עם שני	CORE PILATES עם שיר שקד	<b>18:00-19:00</b>
	<b>19:30</b> אימון פונקציונאלי עם חייאל גריידי			<b>19:30</b> CORE PILATES עם מירב דפני		<b>19:00-20:00</b>
			<b>20:30</b> אימון פונקציונאלי עם חייאל גריידי		<b>20:30</b> אימון פונקציונאלי עם חייאל גריידי	<b>20:00-21:00</b>



ליהנות. להתמיד. להצליח.



שיעורי הסטודיו בהרשמה דרך האפליקציה בלבד

ניקיון מכשירים  
בין מתאמנים



וויסות מספר  
המתאמנים



שמירת  
מרחק



שימוש  
במסכה



הפעילות בכפוף  
להנחיות משרד  
הבריאות

www.great-shape.co.il \*5277

מרכז ביג חיל ההנדסה, באר שבע, 08-6652545  
תל אביב | רעננה | כפר סבא | גדרה | באר שבע | בני ברק - רמת גן