

# מערכת שעות GREAT SHAPE תל אביב

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
	<b>08:30</b> פילאטיס גל	יוגה מוריה	פילאטיס קובי		פילאטיס שירה	פונקציונלי קובי	<b>08:00-09:00</b>
<b>9:15</b> יוגה שי	<b>9:30</b> קיקבוקס רמי	CORE PILATES עודד	ספינינג קובי	יוגה סימה	עיצוב שירה	GOLD CORE ורד	<b>09:00-10:00</b>
					ספינינג קובי		
	<b>10:30</b> יוגה ספיר	פלדנקרייז נטע	פלדנקרייז רוחלה	GOLD CORE ורד	פלדנקרייז נטע		<b>10:00-11:00</b>
עיצוב ג'ני							<b>11:00-12:00</b>
			H.I.I.T SuperSet עודד			רצועות מיטל	<b>18:00-19:00</b>
		רצועות & עודד	יוגה שיר	פילאטיס עדי	יוגה מוריה	זומבה ולדי	<b>19:00-20:00</b>
			Spinning Party עודד			Spinning Party עודד	
			עיצוב ג'ני	זומבה ולדי	HIIT עודד	CORE עדי	<b>20:00-21:00</b>
			קיקבוקס רמי	<b>20:30</b> קיקבוקס רמי		<b>20:30</b> קיקבוקס רמי	<b>21:00-22:00</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