

# מערכת שעות GREAT SHAPE תל אביב

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
		<b>07:15</b> Spinning קובי			<b>07:15</b> Spinning קובי		<b>07:00-08:00</b>
	<b>08:30</b> פילאטיס עמית	פונקציונלי נדב	פילאטיס קובי	פונקציונלי נדב	פילאטיס שירה	פונקציונלי נדב	<b>08:00-09:00</b>
<b>9:15</b> יוגה שי	<b>9:30</b> קיקבוקס רמי	CORE PILATES עודד		יוגה סימה	עיצוב שירה	GOLD CORE ורד	<b>09:00-10:00</b>
		פלדנקרייז נטע		GOLD CORE ורד	פלדנקרייז נטע		<b>10:00-11:00</b>
פונקציונלי סבב שבת רמי/ג'ני							<b>11:00-12:00</b>
	<b>16:30</b> יוגה ספיר						<b>16:00-17:00</b>
		<b>18:30</b> פילאטיס עדי	רצועות עודד			רצועות מיטל	<b>18:00-19:00</b>
		<b>19:30</b> פונקציונלי נדב	Spinning Party עודד	פילאטיס עדי	יוגה מוריה	זומבה ולדי Spinning Party עודד	<b>19:00-20:00</b>
			H.i.i.t ג'ני	זומבה ולדי	רצועות & 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