



מערכת שעות דצמבר 2023 | GREAT SHAPE כפר סבא

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
	06:50 מתיחות מיטל		עיצוב הגוף עירית זרטל	יוגה קארין רקח	קור גולד מיטל	פילאטיס שלי שור	07:00-08:00
יוגה צאלה לוינטל	Core Barre Pilates מיטל	יוגה בני		08:30 חיזוק פונקציונאלי בר	08:30 קור פונקציונאלי אולה	08:15 עיצוב דינאמי שלי שור	08:00-09:00
	09:30 עיצוב דינאמי עירית זרטל		זומבה טל	09:30 קור פילאטיס גליה	09:35 התעמלות בריאותית עירית	09:15 זומבה טל	09:00-10:00
	10:30 קור מאסטר תמי קיס	Core התעמלות בריאותית שני	10:15 התעמלות בריאותית עירית זרטל				10:00-11:00
		11:15 פלדנקרייז דליה	11:15 פלדנקרייז דליה		11:15 פלדנקרייז דליה	11:15 פלדנקרייז דליה	11:00-12:00
		פילאטיס עירית זרטל					17:00-18:00
		18:30 יוגה ליאור	עיצוב פיטנס גליה	18:30 עיצוב דינאמי מאי מרום	עיצוב דינאמי עירית	יוני יוגה סיין	18:00-19:00
		19:30 Core Pilates גליה	קור פיטבול גליה	19:30 יוגה ויניאסה דובי חייט	פילאטיס גליה	19:15 עיצוב פיטנס גליה	19:00-20:00
						20:15 Core Pilates גליה	20:00-21:00



שיעורי הסטודיו בהרשמה דרך האפליקציה בלבד

מועדון כפר סבא | 09-7687360

