



UFC GYM

מערכת שעות ינואר 2024 | סטודיו

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:00 פונקציונלי	08:00 פילאטיס מזרן	08:00 פונקציונלי	08:00 פילאטיס מזרן	08:00 פונקציונלי רמה 2	8:30 פילאטיס מזרן	10:30 DAILY ULTIMATE TRAINING
18:00 יוגה אשטנגה	18:00 יוגה ויניאסה	18:00 פילאטיס מזרן	18:10 פילאטיס מזרן	17:30 יוגה אשטנגה	09:30 קיקבוקס	
19:00 DAILY ULTIMATE TRAINING	19:00 פילאטיס מזרן	19:00 DAILY ULTIMATE TRAINING	19:00 אימון כוח	18:30 פילאטיס מזרן	15:00 יוגה	
				19:30 קיקבוקס שקים		
קיקבוקס אירובי	פונקציונלי מתקדמים	פונקציונלי מתקדמים	פונקציונלי מתקדמים			