



מערכת שעות 2024 | GREAT SHAPE בני ברק

שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
08:00 יוגה רכה עם ענת						08:00-09:00
09:00 עיצוב דינאמי עם דנה						09:00-10:00
10:00 עיצוב וחיטוב עם דנה						10:00 -11:00
		17:00 יוגה עם עם אלקסה		17:00 פילאטיס עם קירה		17:00-18:00
		18:05 ישבן ירכיים רגליים עם אלקסה	18:00 יוגה דינאמי עם ענת	18:30 עיצוב עם מור	18:00 יוגה דינאמי עם ענת	18:00-19:00
	19:15 זוו עם אלקסה	19:00 פילאטיס עם קירה	19:00 שרירי ליבה ומייצבים עם נועה	19:30 רצועות עם מור	19:15 רצועות עם אלקסה	19:00-20:00
	20:15 עיצוב וחיטוב עם נועה	20:00 זומבה עם גבריאלה	20:00 עיצוב וחיטוב עם נועה	20:30 קיקבוקס עם מור	20:15 זומבה עם גבריאלה	20:00-21:00

שיעורי הסטודיו בהרשמה דרך האפליקציה בלבד

