



מערכת שעות פילאטיס מכשירים סטודיו בוטיק



שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
שיעורי בוקר							
		אלכס*	07:30 שלי	אלכס*	07:30 מעיין*	נטלי	07:00
רוני*	שרית*	אלכס*	08:30 שלי*	אלכס*	08:30 מעיין	נטלי*	08:00
רוני*	שרית*	אלכס	09:30 שלי	אלכס	09:30 מעיין*	נטלי*	09:00
רוני*	שרית	אלכס	10:30 שלי	אלכס	10:30 מעיין	נטלי	10:00
רוני*	שרית*	אלכס		אלכס		נטלי	11:00
	שרית		12:00 שני	נטלי	12:30 שני	12:30 שני	12:00
			13:00 שני	נטלי	13:30 שני	13:30 שני	13:00
שיעורי ערב							
			זהר			שני	15:00
		מעיין	זהר	שרית	אלכס	רוני	16:00
		מעיין	זהר	שרית	אלכס	רוני	17:00
		מעיין*	אביגיל	שרית	אלכס*	רוני*	18:00
		מעיין*	אביגיל*	שרית	אלכס*	רוני*	19:00
		מעיין	אביגיל*	שרית	אלכס*	רוני	20:00

בואו לגלות את הסוד לחיטוב המושלם
 פילאטיס מכשירים, שיטה הכוללת מגוון תרגילים רחב המכוונים לעבודה על הגוף כמכלול ומיועדים לחיטוב, שיקום, שיפור הגמישות, יציבה, שליטה גופנית וחוזק. השיטה המצליחה מביאה לתוצאות נראות לעין בתקופה קצרה יחסית ותורמת להרגשה נפלאה וחיונית. אתם מוזמנים להירשם ולהתרשם.

* שיעור למתקדמים

לפרטים והרשמה: 09-7687360