



מערכת שעות GREAT SHAPE כפר סבא

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
	06:50 מתיחות מיטל		עיצוב הגוף עירית זרטל	יוגה בני	קור גולד מיטל	פילאטיס שלי שור	07:00-08:00
יוגה עם יובל גרניט	Core Barre Pilates מיטל	יוגה בני		08:30 Barre שיעור מיטל	08:30 קור פונקציונלי אולה	08:15 עיצוב דינאמי שלי שור	08:00-09:00
	09:30 עיצוב דינאמי עירית זרטל	ריקודי בטן (אחת לשבועיים)	זומבה טל	09:30 קור פילאטיס תמי קיס		09:15 זומבה טל	09:00-10:00
	10:30 קור מאסטר תמי קיס	Core התעמלות בריאותית שני	10:00 התעמלות בריאותית עירית זרטל		10:00 התעמלות בריאותית עירית		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 מאיה	18:00 עיצוב דינאמי עם בר שאול	18:30 עיצוב דינאמי דנה	עיצוב דינאמי עירית	ויני יוגה סיון	18:00-19:00
		19:45 Core Pilates עם רעות רוביסה	19:00 קור פילאטיס עם בר שאול	19:30 יוגה ויניאסה דובי חייט	פילאטיס עם אלינור	19:15 עיצוב דינאמי בר שאול	19:00-20:00
						20:15 קור פילאטיס בר שאול	20:00-21:00



שיעורי הסטודיו בהרשמה דרך האפליקציה בלבד