



# מערכת שעות פילאטיס מכשירים בני ברק - רמת גן

שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
<b>שיעורי בוקר</b>						
	קירה	06:50 קירה		06:50 קירה	07:30 אורית	<b>07:00</b>
		07:40 קירה		07:40 קירה	08:30 אורית	<b>08:00</b>
						<b>09:00</b>
						<b>10:00</b>
						<b>11:00</b>
<b>שיעורי ערב</b>						
						<b>17:00</b>
	אורית			שיראל		<b>18:00</b>
	אורית		אורית	שיראל	אורית	<b>19:00</b>
	אורית		אורית		אורית	<b>20:00</b>
		שיראל			אורית	<b>21:00</b>
						<b>22:00</b>

**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.

שיעורים של 50 דק' \*שיעור למתקדמים

לפרטים והרשמה: 03-7705757  
 או דרך ווצאפ: 052-8833217