



מערכת שעות פילאטיס מכשירים סטודיו בוטיק



שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	
שיעורי בוקר							
		אלכס*	07:30 שלי	אלכס*	07:30 מעיין*	זהר	07:00
עטר*	שרית/עינת*	אלכס*	08:30 שלי*	אלכס*	08:30 מעיין	זהר*	08:00
עטר*	שרית/עינת*	אלכס	09:30 שלי	אלכס	09:30 מעיין*	זהר*	09:00
עטר*	שרית/עינת	אלכס	10:30 שלי	אלכס	10:30 מעיין	זהר	10:00
עטר*	שרית/עינת*	אלכס		אלכס		זהר	11:00
	שרית/עינת		12:00 שני			12:30 שני	12:00
שיעורי ערב							
			זהר		גלי	שני	15:00
		מעיין	זהר	שרית	גלי	עטר	16:00
		מעיין	זהר	שרית	גלי	עטר	17:00
		מעיין*	מעיין	שרית	אביגיל*	עטר*	18:00
		מעיין*	מעיין*	שרית	אביגיל*	עטר*	19:00
		מעיין	מעיין*	שרית	אביגיל*	עטר	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