



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
אביגיל*	עינת*	אלכס*	08:30 שלי*	אלכס*	08:30 מעיין	זהר*	08:00
אביגיל*	עינת*	אלכס	09:30 שלי	אלכס	09:30 מעיין*	זהר*	09:00
אביגיל*	עינת	אלכס	10:30 שלי	אלכס	10:30 מעיין	זהר	10:00
אביגיל*	עינת*	אלכס		אלכס		זהר	11:00
	עינת		12:00 שני			12:30 שני	12:00
שיעורי ערב							
			זהר	שני		שני	15:00
		מעיין	זהר	שני	מירב	שרית	16:00
		מעיין	זהר	רוני	מירב	שרית	17:00
		מעיין*	מעיין	רוני*	אביגיל*	שרית*	18:00
		מעיין*	מעיין*	רוני*	אביגיל*	שרית*	19:00
		מעיין	מעיין*	רוני*	אביגיל*	שרית	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