



מערכת שעות

סטודיו בוטיק פילאטיס מכשירים

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	עינת	10:30 שלי	עינת	10:30 מעיין	זהר	10:00
אביגיל*	עינת*	עינת		עינת		זהר	11:00
	עינת		12:00 שני			12:30 שני	12:00
שיעורי ערב							
			זהר	שני		שני	15:00
		מעיין	זהר	שני	נגה	שני	16:00
		מעיין	זהר	רוני	נגה	נגה	17:00
		מעיין*	מעיין	רוני*	נגה*	נגה*	18:00
		מעיין*	מעיין*	רוני*	נגה*	נגה*	19:00
		מעיין	מעיין*	רוני*	נגה*	נגה	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