מערכת שעות סטודיו

הרשמה לחוגים
דרך אפליקציה בלבד

GREAT SHAPE
ליהנות. להתמיד. להצליח.

מתחילת דצמבר

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
	8:00-8:50 | התעמלות במים רינת אגמון | בריכה פנימית	07:45-8:30 | התעמלות במים שרונה בר | בריכה פנימית	8:00-8:50 | התעמלות במים שרונה בר | בריכה פנימית	8:00-8:50 | התעמלות במים רינת אגמון | בריכה פנימית	8:00-8:50 התעמלות בריאותית לימור דה פז | אולם אורן	
8:00-8:50 | פאולה רוני וקסלר | אולם אורן	8:00-8:50 | פילאטים מיכל באנסיי | אולם אורן	8:00-8:50 | מתיחות שירלי זק | אולם אורן	8:00-8:50 בריאות עם כיסאות מיכאל שפירו | אולם אורן	9:00-12:00 ברידג' מתקדמים ברוך טל | אולם אורן	
9:00-9:50 | התעמלות במים רינת אגמון | בריכה פנימית	8:35-9:20 | התעמלות במים שרונה בר | בריכה פנימית	9:00-9:50 | התעמלות במים שירלי זק | בריכה פנימית	8:00-8:50 | PHLEXO ליטל לוי פרץ | אולם אלה	9:00-9:50 | יוגה טל גרפינקל | אולם אורן	
9:00-9:50 | כושר בתנועה מיכל אומן | אולם אורן	9:00-9:50 | עיצוב וחיטוב שירלי זק | אולם אורן	9:00-9:50 | עיצוב וחיטוב שרונה בר | אולם אורן	9:30-13:30 ברידג' מתקדמים ברוך טל | אולם כלנית	9:00-9:50 | עיצוב וחיטוב סבב מדריכים | אולם אורן	
10:00-10:50 | יוגלאטים מיכל אומן | אולם אורן	10:00-10:50 בריאות עם כיסאות שירלי זק | אולם אורן	10:00-10:50 | פילאטים אלדד מגן | אולם אורן	9:00-9:50 | עיצוב וחיטוב מיכאל שפירו | אולם אורן	10:00-10:50 פילאטים/מתיחות סבב מדריכים | אולם אורן	
11:00-11:50 | זומבה רייצל אטיאס | אולם אורן	10:00-10:50 | PHLEXO ליטל לוי פרץ | אולם אלה	11:00-11:50 | ריקודי שורות אירים ניפוסי | אולם אורן	10:00-10:50 | פלדנקרייז נורה גורנברג | אולם אורן		
12:00-12:50 | פלדנקרייז נורה גורנברג | אולם אורן	11:00-11:50 | צ'י קונג מירי לוי | אולם אורן		11:00-11:50 | ריקודי בטן ליאורה הרצליך | אולם אורן		

בקרוב... LesMILLS

מתחילת אוגוסט

	17:00-17:50 צ'י קונג וצללים מרפאים מירי לוי | אולם אלה					
18:00-18:50 | עיצוב אירובי מיכאל שפירו | אולם אורן	18:00-18:50 | עיצוב וחיטוב שרונה בר | אולם אורן	18:00-18:50 ישבן בטן ירכיים מגדה שכטרלה | אולם אורן	18:00-18:50 | טאבתה לימור דה פז | אולם אורן	18:00-18:50 | עיצוב וחיטוב מיכאל שפירו | אולם אורן		
TRX | 18:00-18:50 מגדה שכטרלה | אולם אלה						
19:00-19:50 פילאטים מתיחות מיכאל שפירו | אולם אורן	19:00-19:50 | פילאטים שרונה בר | אולם אורן	19:00-19:50 | פילאטים מגדה שכטרלה | אולם אורן	19:00-19:50 | ריקודי בטן יערית שרל | אולם אלה	CORE | 19:00-19:50 מיכאל שפירו | אולם אורן		
19:00-20:20 | יוגה טל גרפינקל | אולם אלה	19:00-20:30 | ביודנסה דליה ודנה | אולם אלה		19:00-19:50 | פילאטים לימור דה פז | אולם אורן			
20:00-20:50 | זומבה צביה וקנין | אולם אורן		20:00-22:00 | ריקודי עם מתחילים+מתקדמים לימור שפירא | אולם אורן	20:00-20:50 | זומבה רחלי רחום | אולם אורן			

גרסא ינואר 26 הורידו את האפליקציה קאנטרי גרייט שייפ נשר לפרטים נוספים: 055-7212075 וטסאפ או cs@space-cn.co.il