	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
07:00	* עודכן ב 23/05/2019					07:15 עיצוב פייגי
08:30	(חובה סדין) פלדנקריייז עמירה / עיצוב ליאור	08:15 פילאטיס חן	התעמלות משולבת רבקה / עיצוב הגוף חן	08:15 התעמלות בריאותית נעמה / (חובה סדין) פלדנקריייז עמירה	עיצוב fitball לאה	08:15 עיצוב פייגי / 08:15 ספינגג רנטה
09:30	(חובה סדין) פלדנקריייז עמירה / פילאטיס ליאור	09:15 עיצוב הגוף חן / 09:15 התעמלות בריאותית לאה	ספינגג פייגי / פילאטיס חן	09:15 פילאטיס נעמה / (חובה סדין) פלדנקריייז עמירה	ספינגג לאה	09:20 פילאטיס ורוניקה / 09:20 פילאטיס רנטה
10:30	התעמלות בריאותית נעמה	10:15 פילאטיס לאה	פילאטיס פייגי	10:25 התעמלות נעמה / עיצוב הגוף רנטה	התעמלות בריאותית לאה	10:20 זומבה ורוניקה / 10:20 TRX פייגי
11:30	פילאטיס נעמה					11:20 HIIT פייגי
15:00	15:10 התעמלות קרקע מתקדמות		15:10 התעמלות קרקע מתקדמות			
16:00	16:25 התעמלות קרקע גנים		16:30 בלט טרום חובה יונית / 16:25 התעמלות קרקע א'-ב'			
17:00	17:20 TRX+עיצוב רנטה	16:45 פילאטיס דורית	17:15 בלט חובה-א' יונית / 17:20 פלדנקריייז תמר	היפ הופ גילאי 9-11 / עיצוב הגוף חן	זומבה ורוניקה	
18:00	18:15 אירובי+עיצוב רנטה / 18:15 עיצוב פייגי	חדש!!!!! אירובי ועיצוב ליאור	18:10 TRX ורוניקה	מתיחות נעמה	עיצוב הגוף פייגי / ספינגג ורוניקה	
19:00	19:15 פילאטיס הילה / 19:15 יוגה מרב מ	עיצוב הגוף ליאור / זומבה טליה	עיצוב הגוף ורוניקה / פילאטיס תגיל	פילאטיס לוטם / יוגה מרב מ	ריקודי עם מתחילות 19:30	
20:00	20:15 זומבה חנית / 20:15 ספינגג ורוניקה	20:15 עיצוב פייגי / 20:05 פילאטיס ענבל	זומבה ורוניקה / ספינגג רויטל ש	עיצוב הגוף פייגי / 20:15 ספינגג רנטה	20:00 ריקודי עם רינת עד 24:00	מוצ"ש: 21:00 זומבה חנית / 21:00 ספינגג רנטה/פייגי
21:00	21:15 עיצוב ענבל / 21:15 פילאטיס ורוניקה	21:05 פלאטיס ענבל / 21:05 ספינגג פייגי	21:00 פילאטיס ורוניקה / 21:05 TRX+עיצוב רויטל ש	21:15 ספינגג רנטה		22:00 עיצוב פייגי / 22:00 ספינגג רנטה/רויטל

שבת שלום!

מנוי הכל כלול-230 ₪	מנוי חד שבועי-155 ₪	שיעור חד פעמי- 45 ₪.	אין החזרים רטרואקטיביים
מנוי + חדר כושר 260	דמי רישום 55 ₪	ניתן להקפיא/לבטל מנוי עד 25 לכל חודש	במידה ולא הוזמן מקום/איחור 5 דק', הכניסה לשיעור היא על בסיס מקום פנוי.
	077-7858100	שדרות הרצל 122	www.keshet-art.co.il