	ראשון		שני		שלישי		רביעי		חמישי		שישי	
07:00	עודכן בתאריך: 13/11/2019											
08:30	עיצוב ליאור	**(חובה סדין)** פלדנקריייז עמירה	08:15 פילאטיס חן	**08:15** **יוגה חדש!!!** **מרב**	08:15 עיצוב הגוף לאה ס	התעמלות משולבת רבקה	08:25 התעמלות בריאותית נעמה	(חובה סדין) פלדנקריייז עמירה	עיצוב fitball חן		08:15 עיצוב יוכבד	08:15 ספינינג רנטה
09:30	(חובה סדין) פילאטיס ליאור	(חובה סדין) פלדנקריייז עמירה	09:15 עיצוב הגוף חן	09:15 התעמלות בריאותית לאה	09:15 פילאטיס לאה ס		09:25 פילאטיס נעמה	(חובה סדין) פלדנקריייז עמירה	ספינינג חן		09:20 פילאטיס ורוניקה	09:20 פילאטיס רנטה
10:30	התעמלות בריאותית נעמה		10:15 פילאטיס לאה		פילאטיס נעמה		התעמלות בריאותית נעמה		פילאטיס חן		10:20 זומבה ורוניקה	10:20 TRX פייגי
11:30	פילאטיס נעמה											
17:00	17:20 TRX+עיצוב רנטה		16:45 פילאטיס דורית		**חדש!!** **פילאטיס** **ורוניקה**	**17:10** פלדנקריייז תמר	**היפ הופ** **ילדות** נועם	עיצוב הגוף עדן	זומבה ורוניקה		**שבת שלום !**	
18:00	18:15 אירובי + עיצוב רנטה	**18:15 חדש!** **קיקבוקס** **יוכבד**	חדש! אירובי ועיצוב ליאור		קיקבוקס יוכבד	TRX ורוניקה	מתיחות נעמה		ספינינג ורוניקה	עיצוב הגוף פייגי		
19:00	19:15 פילאטיס רנטה	19:15 יוגה מרב ב	עיצוב הגוף ליאור	זומבה טליה	עיצוב הגוף ורוניקה	פילאטיס תגיל	פילאטיס לוטם	יוגה מרב מ	ריקודי עם מתחילות		פילאטיס רנטה/לוטם	
20:00	20:15 זומבה יהודית	20:15 ספינינג שושי	עיצוב פייגי	פילאטיס נטע ה	זומבה ורוניקה	ספינינג רויטל ש	עיצוב הגוף פייגי	20:05 ספינינג רנטה	ריקודי עם רינת עד 24:00		זומבה יהודית	ספינינג רנטה/פייגי
21:00	21:15 עיצוב עדן	21:15 פילאטיס שרין	ספינינג פייגי		פילאטיס שרין	21:05 TRX+עיצוב רויטל ש	ספינינג רנטה				עיצוב פייגי	ספינינג רנטה/רויטל

מנוי הכל כלול-230 ₪	מנוי חד שבועי-155 ₪	שיעור חד פעמי- 45 ₪.	שירותי השגחה בתשלום
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.	

אין החזרים רטרואקטיביים	מומלץ להירשם לשיעור מראש.	
077-7858100	שדרות הרצל 122	www.keshet-art.co.il