

מערכת שעות

פילאטיס מזרון

שעות	ב	ג	ד	ה	ו
7:00-8:00		יוגה עם ד"ר עפרה וולטר 7:30			
8:00-9:00	יוגה עם נגה 7:30-9:00			פילאטיס נגה	פז / ענבר
09:00- 10:00				פילאטיס נגה	פז / ענבר
אחה"צ					
17:00- 18:00					
18:00- 19:00		פילאטיס מוריה			
19:00- 20:00		טאי צ'י - פיטו	פילאטיס מתקדמים פז		
20:00- 21:00		TRX - דרור	פילאטיס פז		

פילאטיס מכשירים

שעות	ב	ג	ד	ה	ו
7:00-8:00	ענבר	פז			זיוה
8:00-9:00	ענבר	פז	רוני	רוני	זיוה
09:00-10:00	שיעור פרטי ענבר	פז	רוני	רוני	זיוה
10:00-11:00	ענבר	פז	רוני	רוני	
17:00-18:00		זיוה	פז		
18:00-19:00	שיעור פרטי בת-שבע	זיוה	פז	הילי	
19:00-20:00	בת-שבע	זיוה	רוני	הילי	
20:00-21:00	בת-שבע	זיוה	רוני	הילי	
21:00-22:00			רוני		