

מערכת שעות

פילאטיס מזרון

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

פילאטיס מכשירים

שעות	א	ב	ג	ד	ה	ו
7-8	נגה	ענבר	פז			זיוה
8-9	נגה	ענבר	פז	רוני	רוני	זיוה
9-10	נגה	שיעור פרטי ענבר	פז	רוני	רוני	זיוה
10-11	נגה	ענבר	פז	רוני	רוני	
11-12	נגה					
17-18	פז		זיוה	פז		
18-19	פז	שיעור פרטי בת-שבע	זיוה	פז	הילי	
19-20	פז	בת-שבע	זיוה	רוני	הילי	
20-21	פז	בת-שבע	זיוה	רוני	הילי	
21-22				רוני		