



## מערכת שעות

### פילאטיס מזרח

שעות	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
7:00-8:00						
8:00-9:00					פילאטיס נגה בשעה 8:30	פז
09:00-10:00						פז
10:00-11:00						
11:00-12:00						
אחה"צ						
17:00-18:00						
18:00-19:00						
19:00-20:00	פילאטיס תליה			פילאטיס מתקדמים פז		
20:00-21:00				פילאטיס פז		

### פילאטיס מכשירים

שעות	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
7:00-8:00	נגה	גלית	פז			זיוה
8:00-9:00	נגה	גלית	פז	רוני	רוני	זיוה
09:00-10:00	נגה	גלית	פז	רוני	רוני	זיוה
10:00-11:00	נגה		פז	רוני	שיעור עדין- רוני	
11:00-12:00	שיעור עדין- נגה					
אחה"צ						
17:00-18:00	דנה ציון		זיוה	פז		
18:00-19:00	פז	ענבר סיני	זיוה	פז	רוני	
19:00-20:00	פז	ענבר סיני	זיוה		רוני	
20:00-21:00	פז	ענבר סיני	זיוה			
21:00-22:00						