

מתחם סטודיו

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון	שעות
	אימון מחזורי עומר	פילאטיס דקר	עיצוב דינאמי דקר	אימון תחנות דניס	פילאטיס מיכל	עיצוב דינאמי סיגל	8:30-9:30
פונקציונלי סבב מדריכים	פונקציונלי עומר	אימון בריאותי דקר	פילאטיס דקר	פילאטיס ומתיחות סיגל	אימון בריאותי מיכל	פילאטיס סיגל	9:30-10:30
	יוגה בומי					אימון בריאותי דקר	10:30-11:30
			עיצוב דינאמי רון	יוגה בומי	פילאטיס דקר	פילאטיס קלאסי דקר	17:00-18:00
		TRX דניס	פילאטיס רון	TABATA עומר	TRX דניס	פונקציונלי עומר	18:00-19:00
							19:00-20:00