



טבלת חוגים חודש: נובמבר פארק הנופש והספורט: 08-9151121



יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	יום ו'
07:00-08:00 עיצוב חיטוב שרית החל מ7/11	08:15-09:15 פילאטיס שי	08:00- 09:00 יוגה אשטגה רית	08:15-09:15 פילאטיס רלי	08:15 - 09:15 פילטיס תומר דפני	08:15-09:15 יוגה סטלה
08:15-09:15 פילאטיס ארז					09:20-10:20 קאנגו שרית
					10:30-11:30 בודי- צ'אלנג' ארז
					11:30-12:30 פילאטיס ארז
		18:00-19:00 fitness&core שרית החל מ 3/11	18:00-19:00 tabata טל החל מ2/11		
19:00-20:00 זומבה ענבל	19:00-20:00 היט ארז	19:00-20:00 דאנס ריקו	19:00-20:00 פילאטיס רלי	19:00-20:00 טבאתה טל	
20:30-21:30 קנגו שרית	20:15-21:15 יוגה סטלה	20:00-21:00 קור+ פילאטיס שי	20:00-21:00 קיקבוקס אירית החל מ10/11		מוצ"ש 20:00-21:00 דאנס ריקו

בוקר

ערב

