



# מערכת שעות פילאטיס מכשירים

## שלישי

8:00

7:4 | 8:45 פילאטיס בר

9:00

10:00

12:30 שיעור צהריים

17:15

18:15 הריון

19:15

20:15

20:00 אימון כוח

## שני

7:30

7:30 אימון כוח

8:30

9:30 עם בייביז

17:30 הריון

18:30

19:30

20:30

## ראשון

7:00

8:00 הריון

9:00

10:30

17:00

18:00

19:00

20:00

## שישי

8:00

9:00

10:00 הריון

10:00 פילאטיס בר

11:00

14:00+15:00

## שבת

10:00

11:00

17:00

18:00

## חמישי

7:30 אימון כוח

8:30 הריון

9:30

10:30

11:30 עם בייביז

13:00 שיעור צהריים

17:00

18:00

19:00

20:00

## רביעי

7:30

8:30 אימון כוח

8:30

9:30

10:30

11:30

17:30

18:30

18:30 | 19:30 פילאטיס בר

19:30

20:30