



מנויים יקרים, להלן מערכת חוגים חדשה

שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
שישי	בוקר				
9:00 פילאטיס (קירה)	08:30 Full Body Workout (קירה)	9:00 Core & Fitness (יוליה-שיראל)		9:00 Core & Fitness (יולה-שיראל)	
10:00 Aerobic & Fitness (יוליה-שיראל)	ערב				
	17:30 סדנת בטן	17:30 סדנת בטן	17:30 סדנת בטן	17:30 סדנת בטן	17:30 סדנת בטן
			18:00 פילאטיס (קירה)		18:00 זומבה (אדריאנה)
	19:00 קיקבוקס (יוליה-שיראל)	19:00 עיצוב וחיטוב (יוליה-שיראל)	19:00 יוגה האטה וינאסה (אלינור)	19:00 קיקבוקס (יוליה- שיראל)	19:00 פילאטיס (ספיר)
	20:00 Core & Fitness (יוליה-שיראל)	20:00 H.I.T אינטרוולים (יוליה-שיראל)		20:00 עיצוב וחיטוב (יוליה-שיראל)	
	22:00 סדנת בטן	22:00 סדנת בטן	22:00 סדנת בטן	22:00 סדנת בטן	22:00 סדנת בטן

שעות פעילות המועדון

בימים ראשון-חמישי : 06:00 - 00:00

ימי שישי : 06:00 - 16:00

ימי שבת : 19:00 - 01:00

רחוב ז'בוטינסקי 55 רמת גן , מלפון 03-5755737 , פקס 03-5755838