

שעות פעילות ג'ימיס

שבת

שישי

חמישי

רביעי

שלישי

שני

ראשון

שעות



עיצוב וחיטוב
רבקה אלכסנדרוביץ

פילאטיס
רבקה אלכסנדרוביץ

עיצוב וחיטוב
רבקה אלכסנדרוביץ

08:30-09:30

09:30-10:30

פילאטיס
לודמילה מקרוב

cardio
עליזה ברוך

עיצוב וחיטוב
מתחילים
עליזה ברוך

18:00-19:00

פילאטיס
רחל אברמוב

core shape
רבקה אלכסנדרוביץ

דאנס פיטנסט
רבקה אלכסנדרוביץ

19:00-20:00

עיצוב דינאמי
רחל אברמוב

יוגאלטיס
רבקה אלכסנדרוביץ

core pilates
לודמילה מקרוב

total body
רחל אברמוב

20:00-21:00

אימוני כוח
גברים

pump&more
רעות דאנה

אימוני כוח
גברים

21:00-22:00