

שעות פעילות ג'ימס

שעות	ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
08:30-09:30	עיצוב וחיטוב רבקה אלכסנדרוביץ		פילאטיס רבקה אלכסנדרוביץ		עיצוב וחיטוב רבקה אלכסנדרוביץ	פילאטיס רבקה אלכסנדרוביץ	
18:00-19:00	Body sculpt barre לודמילה מקרוב	core pilates לודמילה מקרוב		עיצוב דינאמי נועה גרימברג	פילאטיס לודמילה מקרוב		
19:00-20:00	זומבה רבקה אלכסנדרוביץ	עיצוב וחיזוק רבקה אלכסנדרוביץ	יוגאלטיס רבקה אלכסנדרוביץ	פילאטיס רחל אברמוב			
20:00-21:00	total body רחל אברמוב ספינינג רזיאל טל		total body רחל אברמוב	עיצוב דינאמי רחל אברמוב ספינינג רזיאל טל	ספינינג רזיאל טל	זומבה רחל אברמוב	
21:00-22:00	אימון גברים רזיאל טל			אימון גברים רזיאל טל			



התוכנית ניתנת לשינוי בכל עת | מוצ"ש - בהתאם לצאת השבת בימות הקיץ