

תוכניה



מוצ"ט	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
	8:15 core פיטנס רויטל		8:30 פילאטיס	8:30 פילאטיס הודיה יוספי	8:30 עיצוב וחיטוב חני	8:15 פילאטיס אלישבע
			9:30 פילאטיס	9:20 פילאטיס הודיה יוספי		
			15:45 התעמלות קרקע ד-ו אביטל	14:30 קפוארה בוגרים כל הרמות	14:30 קפוארה בוגרים כל הרמות	
		17:30 קפוארה 4-6 שנה א מיקי	16:30 התעמלות קרקע א-ג אביטל	16:15 קפוארה 4-6 שנה א מיקי	16:15 מחול בית יעקב מלכי	16:15 מחול בית יעקב מלכי
		18:30 קפוארה 7+ שנה א מיקי	17:15 התעמלות קרקע ז+ אביטל	17:00 קפוארה 4-6 שנה ב מיקי	17:00 מחול בית יעקב מלכי	17:00 היפהופ ה-ח שני בורק
		19:15 קפוארה 7+ מתקדמים מיקי	18:00 התעמלות קרקע מתקדמות אביטל	17:45 קפוארה 7+ שנה א מיקי	17:45 מחול בית יעקב מלכי	17:45 היפהופ +15 שני בורק
		20:00 עיצוב דינאמי מיכל קיסר	19:00 פילאטיס הודיה	18:00 קפוארה בנות 10-14 פומה	18:30 מחול בית יעקב מלכי	18:30 היפהופ מתקדמות שני בורק
21:45 זומבה גבריאלה (שעון קיץ)		20:45 עיצוב וחיטוב +אירובי רויטל	19:45 עיצוב וחיטוב הודיה	18:30 קפוארה בנים 7+ שנה ב' מיקי	19:30 עיצוב וחיטוב +אירובי מיכל קיסר	19:45 עיצוב וחיטוב מיכל לוי
		21:30 קפוארה בוגרים מתחילים	20:30 פילאטיס הודיה	19:00 קפוארה בוגרות +15 פומה	20:15 פילאטיס מיכל קיסר	20:30 core פיטנס מיכל לוי
		21:30 קפוארה בוגרים מתקדמים	21:30 זומבה גבריאלה	20:15 A.T.B ילנה בולדין	21:00 עיצוב וחיטוב מיכל קיסר	21:15 עיצוב דינאמי A.T.B+ מיכל לוי
				21:00 A.T.B ילנה בולדין	21:45 זומבה גבריאלה	