

# עדכוני השבוע - סטודיו מרכז הספורט

תאריך	שעה	חוג	האולם בו יתקיים החוג	ביטול או שינוי
רביעי 10.01.18	21:00	פילאטיס מזרן-שירלי הראל	אולם 9	חד פעמי
חמישי 11.01.18	16:00	חוג כדורמים-כיתות ה' ו'	בריכה לימודית	קבוע
חמישי 11.01.18	17:00	קיקבוקס-חן ציחי	אולם 6	קבוע
חמישי 11.01.18	18:00	PUMP- חן ציחי	אולם 9	קבוע
שישי 12.01.18	08:30	התעמלות מים-מיכל ממן	בריכה לימודית	פעם בשבועיים
שישי 12.01.18	09:15	התעמלות מים-מיכל ממן	בריכה לימודית	פעם בשבועיים
שישי 12.01.18	12:00	עיצוב-ליאורה נוראל	אולם 9	פעם בשבועיים
שישי 12.01.18	13:00	קיקבוקס-ליאורה נוראל	אולם 9	קבוע מהיום
שישי 12.01.18	14:00	פלדנקרייז-נילי פלנט	אולם 8	חד פעמי
שישי 12.01.18	15:00	מדרגה מתקדמים-איבון בן עוז	אולם 8	חד פעמי
שישי 12.01.18	16:00	עיצוב פיטבול-איבון בן עוז	אולם 8	חד פעמי
שישי 12.01.18	16:00	ספינינג-ליאורה נוראל	ספינינג	פעם בשבועיים
שישי 12.01.18	17:15	HIIT - ליאורה נוראל	אולם 8	פעם בשבועיים חד פעמי באולם 8
שבת 13.01.18	08:00	התעמלות בריאותית-שובל גצל	אולם 9	
שבת 13.01.18	09:00	התעמלות בריאותית-שובל גצל	אולם 9	
שבת 13.01.18	10:00	עיצוב/פיטבול -שובל גצל	מחולה 1	קבוע
שבת 13.01.18	10:00	PUMP-ליאורה נוראל	אולם 9	קבוע
שבת 13.01.18	10:00	ספינינג-טליה שרון	ספינינג	פעם בשבועיים
שבת 13.01.18	17:00	רצועות-עידן בן בסט	אולם 9	קבוע
שבת 13.01.18	18:00	פילאטיס מזרן-מירית נתנזון	אולם 9	קבוע
שבת 13.01.18	19:00	יוגה- מלינה ליוביץ	אולם 9	קבוע
ראשון 14.01.18	08:00	פילאטיס מזרן מתחילים	אולם 6	חד פעמי
ראשון 14.01.18	09:30	התעמלות מים-שלומית מנדלר	בריכה עליונה	קבוע
ראשון 14.01.18	10:15	התעמלות מים-שלומית מנדלר	בריכה עליונה	קבוע
ראשון 14.01.18	20:00	אימון ריצה REACTION	יציאה מדלפק חוגים	קבוע מ
ראשון 14.01.18	20:00	PUMP- שחר ברקוביץ	אולם 9	קבוע מהיום
שני 15.01.18	17:00	ריקודי בטן-שרון כהן	אולם 8	קבוע

