

# עדכוני השבוע - סטודיו מרכז הספורט

תאריך	שעה	חוג	האולם בו יתקיים החוג	ביטול או שינוי
שני 20.05.19	19:15	זומבה - מבוטל חד פעמי	אולם 9	מבוטל חד פעמי
שלישי 21.05.19	06:15	התעמלות בריאותית - שלומית מנדלר	אולם 9	קבוע
שלישי 21.05.19	07:30	עיצוב הגוף - חגית דביר	אולם 8	שיעור קבוע
שלישי 21.05.19	08:00	התעמלות במים - דיויד מורדוב	בריכה לימודית	קבוע
שלישי 21.05.19	08:30	פילאטיס מזרן - טלי גייר	אולם 8	שיעור קבוע
שלישי 21.05.19	08:45	התעמלות במים - דיויד מורדוב	בריכה לימודית	קבוע
שלישי 21.05.19	08:45	יוגה - רינה ברייר	אולם 9	קבוע
שלישי 21.05.19	10:05	ניה אומגה - לא מתקיים	אולם 9	לא מתקיים חד פעמי
שלישי 21.05.19	18:30 - 16:15	אנגלית ברליץ קידס - ילדים,	אולם 4	קבוע
שלישי 21.05.19	19:30 - 16:30	ברידג' - מיכאל בריפמן	אולם 6	קבוע
שלישי 21.05.19	17:00	פינג פונג - כיתות א' - ו'	אולם הספורט	קבוע
שלישי 21.05.19	18:30 - 17:00	קפוארה - ילדים	אולם 10	קבוע
שלישי 21.05.19	18:00	ספינינג - בר חרמוני	ספינינג	קבוע
שלישי 21.05.19	18:30	יוגה בשקיעה - מלינה ליוביץ	אמפי דשא	קבוע
רביעי 22.05.19	08:00	פילאטיס מזרן מתחילים	אולם 8	קבוע
רביעי 22.05.19	08:00	התעמלות במים - שרית גולנדר	בריכה לימודית	קבוע
רביעי 22.05.19	08:45	התעמלות במים - ערן לשם	בריכה לימודית	קבוע
רביעי 22.05.19	10:00	ליווי התפתחותי(פלדנקרייז) לתינוקות-גליה פינצ'ובסקי	אולם 10	קבוע
רביעי 22.05.19	16:00	הישרדות אקאשה - כיתות א'-ד'	אולם 8	קבוע
רביעי 22.05.19	17:00	הישרדות אקאשה - טרום חובה - חובה	אולם 6	קבוע
רביעי 22.05.19	18:30 - 17:00	יוגה קידס - ילדים	אולם ספינינג	קבוע
רביעי 22.05.19	19:00	זומבה - מילי גרש	אולם 9	קבוע
חמישי 23.05.19	08:00	פילאטיס מזרן מתחילים	אולם 9	קבוע
חמישי 23.05.19	10:00	מתיחות - טלי גייר	אולם 8	חד פעמי
חמישי 23.05.19	16:20	זומביני - גילאי 0-4	אולם 8	קבוע
חמישי 23.05.19	18:45 - 16:30	ג'ודו ילדים	אולם 10	קבוע
חמישי 23.05.19	18:45 - 17:15	זומבה קידס	אולם ספינינג	קבוע
חמישי 23.05.19	18:05	- יוסי קדם PUMP	אולם 9	קבוע
חמישי 23.05.19	19:05	קיקבוקס - יוסי קדם	אולם 9	קבוע
חמישי 23.05.19	20:00	גאגא / אנשים - סנונית ברבן	אולם 9	שיעור קבוע
חמישי 23.05.19	21:05	טאי צ'י - דני פייכמן	אולם 9	קבוע
שישי 24.05.19	08:00	ספינינג - בר חרמוני	ספינינג	שיעור קבוע
שישי 24.05.19	08:30	התעמלות מים - יהודית בן חור	בריכה לימודית	שיעור קבוע
שישי 24.05.19	09:00	זומבה - אנהסליה	אולם 9	קבוע
שישי 24.05.19	09:15	התעמלות מים - יהודית בן חור	בריכה לימודית	שיעור קבוע
שישי 24.05.19	11:00	יוגה - VINYASA FLOW וירד יובל	אולם 9	קבוע
שישי 24.05.19	11:30	TAIKO LIFE - ניתאי צלניקר	אולם 10	קבוע
שישי 24.05.19	16:00 - 1200	פעילות חופשית למנויים	אולם הספורט	קבוע
שישי 24.05.19	12:00	עיצוב - עמית עיני	אולם 9	שיעור קבוע
שישי 24.05.19	13:00	פילאטיס מזרן - דורין סידמן	אולם 9	קבוע



# עדכוני השבוע - סטודיו מרכז הספורט

תאריך	שעה	חוג	האולם בו יתקיים החוג	ביטול או שינוי
24.05.19	15:00	הגנה עצמית וקרוב מגע - עידן בן בסט	מחולה 2	קבוע
24.05.19	16:00	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	שיעור קבוע
24.05.19	17:15	HIIT - עמית עיני	אולם 9	שיעור קבוע
25.05.19	08:00	התעמלות בריאותית - שלומית מנדלר	אולם 9	שיעור קבוע
25.05.19	09:00	התעמלות בריאותית - שלומית מנדלר	אולם 9	שיעור קבוע
25.05.19	09:00 - 15:00	פעילות חופשית למנויים	אולם הספורט	קבוע
25.05.19	10:00	עיצוב - שלומית מנדלר	מחולה 1	שיעור קבוע
25.05.19	10:00	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	שיעור קבוע
25.05.19	10:00	עמית עיני - PUMP	אולם 9	שיעור קבוע
25.05.19	10:00	אקרו יוגה - הורים וילדים טרום חובה - כיתה ב'	אולם 10	קבוע
25.05.19	18:00	פילאטיס מזרן - מירית נתנון	אולם 9	שיעור קבוע
26.05.19	08:00	פילאטיס מזרן מתחילים	אולם 8	קבוע
26.05.19	08:00	התעמלות במים - יהודית בן חור	בריכה לימודית	קבוע
26.05.19	08:00	STRETCH&CORE - טלי גייר	מחולה 1	קבוע
26.05.19	08:00	יוגה - רינה ברייר	מחולה 2	קבוע
26.05.19	08:45	התעמלות במים - יהודית בן חור	בריכה לימודית	קבוע
26.05.19	09:00	יוגה POWER - רינה ברייר	מחולה 2	קבוע
26.05.19	09:00	עיצוב - טלי גייר	מחולה 1	קבוע
26.05.19	10:00 - 14:00	תרגול ברידג'	אולם 6	קבוע
26.05.19	16:15 -	תנועה מוסיקלית בכיף - גילאי 2 עד 3	אולם 8	קבוע
26.05.19	16:45	תנועה מוסיקלית בכיף - גילאי 4 - 5	אולם 8	קבוע
26.05.19	17:00 - 18:15	חוג יצירה - גילאי 3 - 8	אולם 4	קבוע
26.05.19	17:00	פילאטיס מזרן - שרית גולנדר	אולם 9	חד פעמי
26.05.19	18:00	פילאטיס מזרן - שרית גולנדר	אולם 9	חד פעמי
27.05.19	10:05	שיטת פאולה - אידית גיל	אולם 8	קבוע
27.05.19	10:00	יוגה התפתחותית לתינוקות - דבי גרוס דולב	אולם 10	קבוע
27.05.19	16:30 - 18:30	מדע - ילדים	אולם 4	קבוע
27.05.19	16:30	ג'ודו - כיתות ג' - ו'	אולם 10	קבוע
27.05.19	18:00	ג'ודו - כיתות א - ב'	אולם 10	קבוע
27.05.19	18:00	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
27.05.19	19:10	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
27.05.19	19:15	זומבה - החלפה	אולם 9	חד פעמי
27.05.19	16:30 - 18:30	מדע - ילדים	אולם 4	קבוע
27.05.19	16:30	ג'ודו - כיתות ג' - ו'	אולם 10	קבוע
27.05.19	18:00	ג'ודו - כיתות א - ב'	אולם 10	קבוע
27.05.19	18:00	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
27.05.19	19:10	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
27.05.19	19:15	זומבה - החלפה	אולם 9	חד פעמי