

עדכוני השבוע - סטודיו מרכז הספורט

תאריך	שעה	חוג	האולם בו יתקיים החוג	ביטול או שינוי
שני 09.07.18	09:45	שיטת פאולה - אידיית גיל	אולם 8	קבוע
שני 09.07.18	17:00	ריקודי בטן - שרון כהן	אולם 8	קבוע
שני 09.07.18	18:00	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
שני 09.07.18	18:05	ספורט קידס - טרום חובה חובה - אורית דנון	אולם 10	קבוע
שני 09.07.18	19:10	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
שלישי 10.07.18	06:15	התעמלות בריאותית - שובל גצל	אולם 9	
שלישי 10.07.18	08:00	התעמלות מים - דיזיד מורדוב	בריכה עליונה	קבוע
שלישי 10.07.18	08:45	התעמלות מים - דיזיד מורדוב	בריכה עליונה	קבוע
שלישי 10.07.18	09:00	יוגה - רינה ברייר	מחולה 2	קבוע
שלישי 10.07.18	09:30	ניה אומגה - לידיה אגיב	אולם 8	קבוע
שלישי 10.07.18	17:00	עיצוב הגוף - מיתר דוד	אולם 8	חד פעמי
שלישי 10.07.18	17:00	פינג פונג - כיתות א' - ו'	אולם הספורט	קבוע
שלישי 10.07.18	17:00	קפוארה - טרום חובה- חובה	אולם 10	קבוע
שלישי 10.07.18	17:45	קפוארה - כיתות א' - ב'	אולם 10	קבוע
שלישי 10.07.18	18:00	STRECH & CORE - מיתר דוד	אולם 8	חד פעמי
שלישי 10.07.18	18:00	ספינינג - ליה סחייק	ספינינג	קבוע
שלישי 10.07.18	18:30	יוגה בשקיעה - מלינה ליוביץ	אמפי דשא	קבוע
שלישי 10.07.18	19:00	פילאטיס מזרן - דורין סידמן	אולם 9	חד פעמי
שלישי 10.07.18	21:00	יוגה FLOW - רונית ביגר	אולם 9	קבוע
רביעי 11.07.18	06:30	התעמלות בריאותית - ירון חי מנשה	אולם 9	קבוע
רביעי 11.07.18	07:30	התעמלות בריאותית - ירון חי מנשה	אולם 9	קבוע
רביעי 11.07.18	09:00	יוגה - מלינה ליוביץ	מחולה 2	קבוע
רביעי 11.07.18	09:30	צ'י קונג - פנינה מתוק	אולם 8	קבוע
חמישי 12.07.18	07:45	מחשבת הגוף - ללי שמר	אולם 8	קבוע
חמישי 12.07.18	07:45	פילאטיס מזרן (מתקדמים) מיה פקמן	אולם 9	קבוע
חמישי 12.07.18	08:45	מחשבת הגוף - ללי שמר	אולם 8	קבוע
חמישי 12.07.18	09:00	ליווי התפתחותי(פלדנקרייז) לתינוקות - גליה פינצ'ובסקי	אולם 10	קבוע ביולי
חמישי 12.07.18	09:45	מתיחות - מיתר דוד	אולם 9	קבוע
חמישי 12.07.18	16:45	יוגה הורים וילדים - מלינה ליוביץ	ספינינג	קבוע
חמישי 12.07.18	17:00	עיצוב הגוף - טלי גייר	אולם 8	חד פעמי
חמישי 12.07.18	18:00	מתיחות - טלי גייר	אולם 8	חד פעמי
חמישי 12.07.18	19:00	פילאטיס מזרן - טלי גייר	אולם 8	חד פעמי
חמישי 12.07.18	20:00	גאגא/אנשים - גיל שחר	אולם 9	חד פעמי

עדכוני השבוע - סטודיו מרכז הספורט

תאריך	שעה	חוג	האולם בו יתקיים החוג	ביטול או שינוי
13.07.18	08:30	התעמלות מים - מיכל ממן	בריכה לימודית	
13.07.18	09:15	התעמלות מים - מיכל ממן	בריכה לימודית	
13.07.18	10:05	שיטת פאולה - אידיית גיל	אולם 9	קבוע
13.07.18	12:00	עיצוב - ליאורה נוראל	אולם 9	
13.07.18	13:00	קיקבוקס - ליאורה נוראל	אולם 9	קבוע
13.07.18	15:00	מדרגה מתקדמים - איבון בן עוז	אולם 9	קבוע
13.07.18	16:00	עיצוב פיטבול - איבון בן עוז	אולם 9	קבוע
13.07.18	16:00	ספינינג - בר חרמוני	ספינינג	
13.07.18	17:15	HIIT - ליאורה נוראל	אולם 9	
14.07.18	08:00	התעמלות בריאותית - אורית דנון	אולם 9	חד פעמי
14.07.18	09:00	התעמלות בריאותית - אורית דנון	אולם 9	חד פעמי
14.07.18	10:00	עיצוב - אורית דנון	מחולה 1	חד פעמי
14.07.18	10:00	PUMP - ליאורה נוראל	אולם 9	קבוע
14.07.18	10:00	ספינינג - ששי פרץ	ספינינג	
14.07.18	11:00-16:00	ריקודי עם - מייק ורון	אולם 9	קבוע
14.07.18	17:00	רצועות - עידן בן בסט	אולם 9	קבוע
14.07.18	18:00	פילאטיס מזרן-מירית נתנזון	אולם 9	קבוע
14.07.18	18:00	ספינינג- ששי פרץ	ספינינג	חד פעמי
14.07.18	19:00	יוגה - מלינה ליוביץ	אולם 9	קבוע
15.07.18	07:00	STRECH & CORE - טלי גייר	מחולה 1	קבוע
15.07.18	07:45	עיצוב - טלי גייר	מחולה 1	קבוע
15.07.18	08:00	יוגה - רינה ברייר	מחולה 2	קבוע
15.07.18	09:00	פילאטיס מזרן - מיה פקמן	אולם 8	קבוע
15.07.18	09:00	התעמלות במים - ערן לשם	בריכה עליונה	קבוע
15.07.18	09:00	יוגה power - רינה ברייר	מחולה 2	קבוע
15.07.18	09:45	התעמלות במים - ערן לשם	בריכה עליונה	קבוע
15.07.18	10:00 - 14:00	תרגול ברידג'	מבואה אולם 8	קבוע
15.07.18	21:05	טאי צ'י - דני פיכמן	אולם 9	קבוע
16.07.18	06:25	התעמלות בריאות - ירון חי מנשה	אולם 9	קבוע
16.07.18	07:15	התעמלות בריאות - ירון חי מנשה	אולם 9	קבוע
16.07.18	07:45	מחשבת הגוף - ללי שמר	אולם 8	קבוע
16.07.18	08:45	מחשבת הגוף - ללי שמר	אולם 8	קבוע
16.07.18	09:45	שיטת פאולה-אידיית גיל	אולם 8	קבוע
16.07.18	16:30 - 18:30	מדע גן חובה - כיתה ו' - שלום עטר	אולם 4	לא מתקיים חד פעמי
16.07.18	17:00	ריקודי בטן-שרון כהן	אולם 8	קבוע
16.07.18	18:05	ספורט קידס - טרום חובה חובה - אורית דנון	אולם 01	קבוע

