

שינויים בלוח חוגים

מרץ

<u>שם החוג</u>	<u>מיקום</u>	<u>שעה</u>	<u>מדריך</u>	<u>הערות</u>
התעמלות בונה עצם	אולם הגדול מבנה חיצוני	11:15-12:00	נאוה אהרוני	מחליפה ביום שני 9.3.20
עיצוב הגוף	אולם חוגים	8:40-9:25	דנה בארי	מחליפה ביום שני 9.3.20
פילאטיס	אולם חוגים	9:30-10:15	דנה בארי	מחליפה ביום שני 9.3.20
התעמלות במים	בריכה	10:30-11:15	דנה בארי	מחליפה ביום שני 9.3.20
פאוור טריינינג	אולם חוגים	8:30-9:15	אלינה אלנפורט	מחליפה ביום שלישי 10.3.20
עיצוב דינאמי	אולם חוגים	9:20-10:05	אלינה אלנפורט	מחליפה ביום שלישי 10.3.20
קור פיטנס	אולם חוגים	10:10-10:55	אלינה אלנפורט	מחליפה ביום שלישי 10.3.20
פילאטיס	אולם גדול מבנה חיצוני	19:45-20:30	בטינה דראי	מחליפה ביום שלישי 10.3.20
התעלמות בריאותית	אולם גדול מבנה חיצוני	18:50-19:35	בטינה דראי	מחליפה ביום 10.3.20
מתיחות וחיזוק שרירי בטן	אולם תחתון מבנה חיצוני	20:35-21:20	בטינה דראי	מחליפה ביום שלישי 10.3.20
התעמלות במים	בריכה	11:45-12:30	יפעת לויאן	מחליפה ביום רביעי 11.3.20
ספינינג ילדים	אולם ספינינג	18:30-19:15	דרור בן משה	מחליף ביום רביעי 11.3.20
התעמלות בונה עצם	אולם גדול מבנה חיצוני	18:30-19:15	יפעת לויאן	מחליפה ביום רביעי 11.3.20
פילאטיס	אולם גדול מבנה חיצוני	19:20-20:05	יפעת לויאן	מחליפה ביום רביעי 11.3.20
פאוור טריינינג	אולם חוגים	8:15-9:00	ליאור פייגין	מחליפה ביום חמישי 12.3.20
עיצוב הגוף	אולם תחתון מבנה חיצוני	9:10-9:55	ליאור פייגין	מחליפה ביום חמישי 12.3.20
פילאטיס	אולם גדול מבנה חיצוני	10:00-10:45	ליאור פייגין	מחליפה ביום חמישי 12.3.20
התעמלות לגיל הרך	אולם תחתון מבנה חיצוני	17:00-18:30	דנה בארי	מחליפה ביום חמישי 12.3.20
התעמלות ילדים	אולם תחתון מבנה חיצוני	18:35-19:20	דנה בארי	מחליפה ביום חמישי 12.3.20
פילאטיס ילדים	אולם תחתון מבנה חיצוני	19:25-20:10	דנה בארי	מחליפה ביום חמישי 12.3.20

מחליפה ביום שישי 13.3.20	ליאור פייגין	11:00-11:45	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום שני 16.3.20	אלינה אלנפורט	8:40-9:25	אולם חוגים	עיצוב הגוף
מחליפה ביום שני 16.3.20	אלינה אלנפורט	9:30-10:15	אולם חוגים	פילאטיס
מחליפה ביום שני 16.3.20	אלינה אלנפורט	10:30-11:15	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום שלישי 17.3.20	אלינה אלנפורט	8:30-9:15	אולם חוגים	פאוור טריינינג
מחליפה ביום שלישי 17.3.20	אלינה אלנפורט	9:20-10:05	אולם חוגים	עיצוב דינאמי
מחליפה ביום שלישי 17.3.20	אלינה אלנפורט	10:10-10:55	אולם חוגים	קור פיטנס
מחליפה ביום שלישי 17.3.20	בטינה דראי	19:45-20:30	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום שלישי 17.3.20	בטינה דראי	20:35-21:20	אולם תחתון מבנה חיצוני	מתיחות וחיזוק שרירי בטן
מחליפה ביום רביעי 18.3.20	יפעת לויאן	11:45-12:30	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום רביעי 18.3.20	רחל ארנפלד	18:30-19:15	אולם גדול מבנה חיצוני	התעמלות בונה עצם
מחליפה ביום רביעי 18.3.20	רחל ארנפלד	19:20-20:05	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום חמישי 19.3.20	ליאור פייגין	8:15-9:00	אולם חוגים	פאוור טריינינג
מחליפה ביום חמישי 19.3.20	ליאור פייגין	9:10-9:55	אולם תחתון מבנה חיצוני	עיצוב הגוף
מחליפה ביום חמישי 19.3.20	ליאור פייגין	10:00-10:45	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום חמישי 19.3.20	שרית וייסמן	17:00-18:30	אולם תחתון מבנה חיצוני	התעמלות לגיל הרך
מחליפה ביום חמישי 19.3.20	שרית וייסמן	18:35-19:20	אולם תחתון מבנה חיצוני	התעמלות ילדים
מחליפה ביום חמישי 19.3.20	שרית וייסמן	19:25-20:10	אולם תחתון מבנה חיצוני	פילאטיס ילדים
מחליפה ביום שישי 20.3.20	ליאור פייגין	11:00-11:45	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום שני 23.3.20	אלינה אלנפורט	8:40-9:25	אולם חוגים	עיצוב הגוף
מחליפה ביום שני 23.3.20	אלינה אלנפורט	9:30-10:15	אולם חוגים	פילאטיס

מחליפה ביום שני 23.3.20	אלינה אלנפורט	10:30-11:15	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום שלישי 24.3.20	אלינה אלנפורט	8:30-9:15	אולם חוגים	פאוור טריינינג
מחליפה ביום שלישי 24.3.20	אלינה אלנפורט	9:20-10:05	אולם חוגים	עיצוב דינאמי
מחליפה ביום שלישי 24.3.20	אלינה אלנפורט	10:10-10:55	אולם חוגים	קור פיטנס
מחליפה ביום שלישי 24.3.20	בטינה דראי	19:45-20:30	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום שלישי 24.3.20	בטינה דראי	20:35-21:20	אולם תחתון מבנה חיצוני	מתיחות וחיזוק שרירי בטן
מחליפה ביום רביעי 25.3.20	יפעת לויאן	11:45-12:30	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום רביעי 25.3.20	רחל ארנפלד	18:30-19:15	אולם גדול מבנה חיצוני	התעמלות בונה עצם
מחליפה ביום רביעי 25.3.20	רחל ארנפלד	19:20-20:05	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום חמישי 26.3.20	ליאור פייגין	8:15-9:00	אולם חוגים	פאוור טריינינג
מחליפה ביום חמישי 26.3.20	ליאור פייגין	9:10-9:55	אולם תחתון מבנה חיצוני	עיצוב הגוף
מחליפה ביום חמישי 26.3.20	ליאור פייגין	10:00-10:45	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום חמישי 26.3.20	שרית וייסמן	17:00-18:30	אולם תחתון מבנה חיצוני	התעמלות לגיל הרך
מחליפה ביום חמישי 26.3.20	שרית וייסמן	18:35-19:20	אולם תחתון מבנה חיצוני	התעמלות ילדים
מחליפה ביום חמישי 26.3.20	שרית וייסמן	19:25-20:10	אולם תחתון מבנה חיצוני	פילאטיס ילדים
מחליפה ביום שישי 27.3.20	ליאור פייגין	11:00-11:45	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום שני 30.3.20	אלינה אלנפורט	8:40-9:25	אולם חוגים	עיצוב הגוף
מחליפה ביום שני 30.3.20	אלינה אלנפורט	9:30-10:15	אולם חוגים	פילאטיס
מחליפה ביום שני 30.3.20	אלינה אלנפורט	10:30-11:15	בריכה	התעמלות במים
מחליפה ביום שלישי 31.3.20	אלינה אלנפורט	8:30-9:15	אולם חוגים	פאוור טריינינג
מחליפה ביום שלישי 31.3.20	אלינה אלנפורט	9:20-10:05	אולם חוגים	עיצוב דינאמי

מחליפה ביום שלישי 31.3.20	אלינה אלנפורט	10:10-10:55	אולם חוגים	קור פיטנס
מחליפה ביום שלישי 31.3.20	בטינה דראי	19:45-20:30	אולם גדול מבנה חיצוני	פילאטיס
מחליפה ביום שלישי 31.3.20	בטינה דראי	20:35-21:20	אולם תחתון מבנה חיצוני	מתיחות וחיזוק שרירי בטן