

מערכת סטודיו בכרם נובמבר 2025

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
08:00 עיצוב הגוף ביאטריס					08:00 עיצוב הגוף אוליביה
	09:00 פילאטיס (אולם גפן) רויטל	09:00 עיצוב הגוף מדלן		09:00 פילאטיס (אולם גפן) יערה	09:00 TRX אוליביה
				17:30 זומבה אינדי	
	18:00 עיצוב הגוף חדווה	18:00 פילאטיס רויטל	18:00 TRX הילה.כ	18:30 פילאטיס רויטל	
19:00 עיצוב הגוף מדלן	19:00 פילאטיס נטע	19:00 מעגל רויטל	19:00 עיצוב הגוף הילה.כ		
20:00 HIIT מדלן	20:00 TRX נטע	20:30 אינטרוולים חיה	20:00 פילאטיס הילה.ב		