

יום א'	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	יום ו'
					פילאטיס 6:30 סינדי סגדי
	עיצוב הגוף 07:30 יוליה פוטוקר	עיצוב הגוף 7:00 סינדי סגדי	יוגה 7:00 קרן אילן	פילאטיס 7:30 יוליה פוטוקר	עיצוב הגוף 7:30 סינדי סגדי
	התעמלות במים 08:15 ניקול קרביץ	פילאטיס 8:00 סינדי סגדי	התעמלות במים 08:00 סנדי סינדי	התעמלות במים 08:15 ניקול קרביץ	התעמלות במים 07:45 יוליה פוטוקר
	פילאטיס 8:30 יוליה פוטוקר		עיצוב הגוף 8:30 שרית שמש	עיצוב 8:30 יוליה פוטוקר	עיצוב הגוף 8:30 סינדי סגדי
	התעמלות במים 09:30 יוליה פוטוקר	עיצוב הגוף 9:00 סינדי סגדי	פילאטיס 9:30 שרית שמש		התעמלות במים 08:45 יוליה פוטוקר
	מניעת אוסטאופורוזיס 09:30 מרים רוטמן	ג'ירוקנטיס 10:00 מרים רוטמן	התעמלות במים 09:00 ורוניקה מלניק	מתיחות 9:30 יוליה פוטוקר	פילאטיס 9:30 סינדי סגדי
	פילאטיס קלאסי 10:30 נינה בן חמו				פילאטיס 10:30 סינדי סגדי
עיצוב דינאמי 15:00 יובל אפרתי					ZUMBA 11:30 מיכל
פילאטיס 16:00 סינדי סגדי	עיצוב הגוף 16:00 שרית שמש	יוגה 16:00 קרן אילן	יוגלטיס 16:00 יוליה פרלמן צירני	עיצוב הגוף 16:00 יובל אפרתי	
עיצוב הגוף 17:00 סינדי סגדי	פילאטיס 17:00 שרית שמש	יוגלטיס 17:30 יוליה פרלמן צירני	עיצוב הגוף 17:00 ניקול קרביץ	CORE 17:00 יובל אפרתי	
CORE 18:00 סנדי סגדי	עיצוב דינאמי 18:00 ליאת	ריקודי בטן 18:30 עפרה	מתיחות 18:00 ניקול קרביץ	קיקבוקסינג 18:00 יובל אפרתי	
עיצוב הגוף 19:00 ליאת	יוגה 19:00 קרן אילן	קיקבוקסינג 19:30 יובל אפרתי	HIT 19:00 עדנה כרמלי סירוטה	פילאטיס קלאסי 19:30 נינה בן חמו	
פילאטיס 20:00 ליאת	לחימת משולבת אגרוף לגברים בלבד 20:00 צבי שושן				