

ספינינג

אירובי

כוח

עיצוב

עצימות נמוכה

מקרא:

יום ו'		יום
סטודיו 2	סטודיו 1	שעה
CORE PILATES	TRAIN STATION	7:45
CORE PILATES	TRAIN STATION	8:45
REAL SPIN	Yogilates	9:45
Flexibility	BOSU Flex	10:45
PERSONAL TRAINING		13:30
POWER STATION Flex		

יום ה'		יום
סטודיו 2	סטודיו 1	שעה
PERSONAL TRAINING	LEB	7:15
PERSONAL TRAINING	TRAIN STATION	8:00
גיל הזהב SOFT FLOW	CORE PILATES	9:00
PERFECT BODY	PERSONAL TRAINING	10:00
SPINCORE		12:00
בזרים זכור		16:00
PERSONAL TRAINING	WARRIOR	17:00
ALL IN ONE	POWER STATION 18:00	17:50
PERFECT BODY	TABATA 18:50	18:45
ZUMBA	Fit HR	19:40
REAL SPIN	PERSONAL TRAINING	20:45

**שיזוף 1 במתנה**  
ברכישת כרטיסיית 10 שיזופים  
למידע נוסף פנו  
לנציגי המשרד  
בכפוף לתקנון



**סאונה יבשה**  
כרטיסיית 10 כניסות  
ב-100 ₪ בלבד!  
או  
בתוספת חודשית  
של 25 ₪ למנוי



**חבילת 10 עיסויים שבדיים ב-1690₪**



יום שבת		יום
סטודיו 2	סטודיו 1	שעה
PERSONAL TRAINING	POWER TABATA	8:00
SPINCORE / CORE PILATES	YOGA ELEMENTS / TRAIN STATION	9:00
REAL SPIN / CORE PILATES	BOSU / TABATA	10:00
PERSONAL TRAINING	BOSU / FB	11:00
TRAIN STATION		18:30
POWER STATION		19:30

