

מערכת שעות חוגים – מועדון כפרי משגב

סטודיו 1						
יום א	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	שישי	שבת
	אקסטרים ציפי 08:00-08:55	BODYPUMP מיטל 07:30-08:25	עיצוב הגוף ציפי 08:00-08:55	עיצוב הגוף מיטל 07:45-08:40	עיצוב הגוף שרון 08:00-08:55	עיצוב הגוף סבב מדריכים 09:00-09:55
		עיצוב הגוף מיטל 08:30-09:25		NIA דלית 09:00-09:55	עיצוב הגוף שרון 09:00-09:55	עיצוב הגוף סבב מדריכים 10:00-10:55
עיצוב הגוף שרון 17:00-17:55	היט מיכאל 17:00-17:55	TRX פונקציונלי שרון 17:00-17:55	עיצוב הגוף ציפי 17:00-17:55			
BODYPUMP שרון 18:00-18:55	אקסטרים ציפי 18:00-18:55	עיצוב הגוף שרון 18:00-18:55	היט מיכאל 18:00-18:55	פונקציונלי תמיר 18:30-19:25	CX אלדד 11:00-11:55	
זומבה דנה 19:15-20:10		BODYPUMP שרון 19:00-19:55	CX מיכאל 19:00-19:55	קיקבוקסינג תמיר 19:30-20:25	BODYPUMP מיטל 12:00-12:55	
BODYPUMP גלית 20:30-21:25	CX אלדד 20:00-20:55	זומבה דנה 20:15-21:10		BODYPUMP גלית 20:30-21:25	NIA דלית 16:00-16:55	
סטודיו 2						
יום א	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	שישי	שבת
	יוגה קרין 07:00-08:25		יוגה קרין 07:30-08:55	פילאטיס קרן 07:00-07:55	יוגה עמרת 07:00-08:25	יוגה מרקו 08:00-09:25
	פילאטיס אוסי 08:30-09:25	פילאטיס אלונה 08:00-08:55	התעמלות גלעד 09:00-09:55	פילאטיס קרן 08:00-08:55	פילאטיס אוסי 09:00-09:55	
		פילאטיס אלונה 09:00-09:55				
	פילאטיס מיכאל 18:00-18:55					
פילאטיס אוסי 19:00-19:55	פילאטיס קרן 19:00-19:55		פילאטיס אילון 18:00-18:55	פילאטיס אילון 19:00-19:55		
יוגה עמרת 20:00-21:25	NIA דלית 20:00-20:55	יוגה מרקו 19:30-20:55				
ספינינג						
יום א	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	שישי	שבת
גלעד 18:00-18:55	אלדד 18:00-18:55	יוליה 18:00-18:55	יוליה 18:00-18:55		אלדד 07:30-08:25	
גלעד 19:00-19:55	אלדד 19:00-19:55	יוליה 19:00-19:55	יוליה 19:00-19:55		אלדד 08:30-09:25	
					אלדד 09:30-10:25	
בריכה						
יום א	יום ב'	יום ג'	יום ד'	יום ה'	שישי	שבת
שחייה (אלבס) 20:15-21:10			מאסטרס (ולדי) בתשלום נוסף 20:15-21:15	התעמלות במים זוהר 09:00-09:55		
מאסטרס (ולדי) בתשלום נוסף 20:15-21:15						