

לוח חוגים 2017/18

שבת	שישי	חמישי	רביעי	שלישי	שני	ראשון
	08:15-09:15 ספינינג + טבטה		15:30-16:30 פאנקי ילדות כיתות ד'-ז'			
10:00-11:00 ספינינג + HIIT	09:30-10:15 TRX		16:30-17:15 פאנקי ילדות כיתות א'-ב'			15:00-18:15 היפ הופ ילדות כיתות א'-ח'
			17:15-18:00 מחולצ'יק גילאי 4-5 וחצי			18:20-19:15 אימון משולב חיטוב נערות כיתות ז'-י"ב
		19:15-20:10 אימון משולב חיטוב נערות כיתות ז'-י"ב	18:00-19:00 פאנקי ילדות כיתות ג'-ד'			19:15-20:00 אימון TRX
		20:15-21:00 אימון TRX	20:15-21:15 ספינינג + HIIT	19:30-20:30 עיצוב וחיטוב דינמי	20:15-21:15 ספינינג + טבטה	20:15-21:15 Step & Shape



מרכז ספורט "רבין" | עינת בזק | 054-2224443



* ייתכנו שינויים במערכת.
ימינימום לשיעור 4 משתתפים, לשיעור 3 TRX משתתפים,
לשיעור ספינינג 6 משתתפים, באמצע השבוע.
ישיעורים יפתחו עפ"י ביקוש והרשמה, הרכב הקבוצות יקבע סופית
לפי הרישום בתחילת השנה