

מערכת שעות נובמבר 2018

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי	שבת
07:30 BODYPUMP CINEMA	07:30 יוגה לאיטלי אירית פריש	07:30 בונה עצם אירית פריש	07:30 BODYBALANCE CINEMA	07:30 BODYPUMP CINEMA	07:30 SH'BAM CINEMA	19:00 BODYCOMBAT CINEMA
08:30 פלדנקרייז יעל	08:30 עיצוב דינאמי תרצה	08:30 פלדנקרייז יעל	08:30 עיצוב אולגה	08:30 עיצוב דינאמי אריאלה	08:30 PILATES תרצה	20:00 BODYPUMP CINEMA
09:30 CORE PILATIES אריאלה	09:30 בטן ומיתחות לנה	09:30 פלדנקרייז אירית	09:30 פלדנקרייז אירית	09:30 CORE PILATIES אריאלה	09:00 SPINNING כלנית	
10:30 YOGA שרון	12:00 BODYPUMP CINEMA	11:00 BODYPUMP CINEMA	11:00 BODYPUMP CINEMA	10:30 PILATES אירית	09:30 ZUMBA קלאודיה	
11:30 BODYCOMBAT CINEMA	16:00 BODYCOMBAT CINEMA	12:00 CXWORX CINEMA	12:00 CXWORX CINEMA	11:30 CXWORX CINEMA	10:30 TABATA קלאודיה	
17:00 YOGA מירי	17:00 פלדנקרייז יעל	16:00 BODYCOMBAT CINEMA	16:00 BODYCOMBAT CINEMA	17:00 BODYBALANCE CINEMA	12:00 CXWORX CINEMA	
18:00 עיצוב דינאמי מירי	18:00 CORE PILATIES אריאלה	17:00 יוגה לאיטלי שירלי	17:00 PILATES תרצה	18:00 BODYPUMP CINEMA	13:00 BODYPUMP CINEMA	
19:10 HIIT כנרת	19:00 עיצוב דינאמי אריאלה	19:00 CORE PILATIES אריאלה	18:00 שיעור תחנות תרצה	19:00 KICKBOX לנה שפרן	19:00 KICKBOX לנה שפרן	
19:00 SPINNING כלנית	19:00 SPINNING דרים	19:00 עיצוב דינאמי אריאלה	19:30 SPINNING שירלי	20:00 ZUMBA סימונה	20:00 ZUMBA סימונה	
20:10 DYNAMIC PILTIES כנרת	20:00 BODYPUMP רעיה	19:00 SPINNING כלנית	19:30 עיצוב - קלאודיה	21:00 BODYBALANCE CINEMA	21:00 BODYBALANCE CINEMA	
21:00 SH'BAM CINEMA	21:00 BODYBALANCE CINEMA	20:00 BODYPUMP CINEMA	20:30 ZUMBA קלאודיה	20:00 BODYPUMP CINEMA	20:00 BODYPUMP CINEMA	
		21:00 BODYBALANCE CINEMA	21:30 BODYCOMBAT CINEMA	21:00 BODYBALANCE CINEMA		

ימים ראשון-חמישי
בשעות 13:00, 14:00

אתם מזמינים שיעורים אהובים
ואנחנו מקרינים אותם בכיף

VOD TIME

שעות פעילות המועדון ימי א-ה 06:00-23:30 | ימי ו חצי שעה לפני כניסת שבת-06:00 | ימי שבת שעה לאחר צאת שבת-23:30

CINEMA SPINNING

שיעורי הסינמה בספינינג מוקרנים בכל שעה מלבד זמנים בהם מתקיימים שיעור עם מדריך.

שיעור CINEMA

שיעור מוקרן על מסך עם מדריך וירטואלי בסטודיו ובספינינג

שיעור LIVE

שיעור נוכח עם מאמן בסטודיו

* ההרשמה לשיעורי הסטודיו החיים נפתחת שעתיים לפני כל שיעור, ההרשמה לשיעורי הספינינג החיים נפתחת 24 שעות לפני כל שיעור. ההרשמה באתר ובאפליקציה בלבד.

* שיעורי RPM (ספינינג) וירטואליים מתקיימים לאורך כל שעות פעילות המועדון. נא להתעדכן באפליקציה.

להזמנת מקום www.iconfitness.co.il