

## לוח אימונים · בית חנה ברודצקי · 21.06.26–27.06.26

<b>יום ראשון</b>	
<b>Classic Pilates Reformer</b> 07:00	פרננדה ליה ודרריו · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 07:30	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Classic Pilates Reformer</b> 08:00	פרננדה ליה ודרריו · פילאטיס מכשירים
<b>Vinyasa Yoga</b> 08:15	עמית קרן צבי · סטודיו
<b>Max</b> 08:30	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Classic Pilates Reformer</b> 09:00	פרננדה ליה ודרריו · פילאטיס מכשירים
<b>Barre</b> 09:30	גיל לוי · סטודיו
<b>Triola</b> 09:30	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 10:00	נועה שגיא · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 10:30	גיל לוי · סטודיו
<b>kickstart max</b> 10:45	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 11:00	נועה שגיא · פילאטיס מכשירים
<b>Advanced Iyengar</b> 11:30	דנה יחזקאל
<b>Modern Pilates Reformer</b> 12:00	נועה שגיא · פילאטיס מכשירים
<b>Mom&amp;baby - Pilates</b> 12:00	<b>MOTHERS</b> גיל לוי · סטודיו
<b>Open Gym ברודצקי</b> 13:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 13:00	הגר דנון · פילאטיס מכשירים
<b>Mom&amp;baby - Pilates</b> 13:00	<b>MOTHERS</b> גיל לוי · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 14:00	הגר דנון · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 14:00	ללא מאמן
<b>Open Gym ברודצקי</b> 15:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 17:00	שרון אבידר · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 18:00	ענבל לוין · אולם ספורט
<b>Ashtanga Yoga</b> 18:00	עופרי מר חיים · סטודיו
<b>Triola</b> 19:00	רון עמר · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 19:00	שרון אבידר · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 19:30	עופרי מר חיים · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 20:00	שרון אבידר · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 20:00	רון עמר · אולם ספורט

<b>יום שני</b>	
<b>Triola</b> 07:00	עדי מלמד · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 07:00	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 08:00	עדי מלמד · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 08:00	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 08:30	נוגה יעיש · סטודיו
<b>Max</b> 09:00	עדי מלמד · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 09:00	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים
<b>Ceramics - Stones</b> 09:00	עדי קריקסונוב · חדר קרמיקה
<b>Ceramics - Table</b> 09:00	עדי קריקסונוב · חדר קרמיקה
<b>Barre</b> 09:30	נוגה יעיש · סטודיו
<b>Mom&amp;baby - Max</b> <b>MOTHERS</b> 10:00	עדי מלמד · אולם ספורט
<b>Vinyasa Yoga</b> 10:30	ניצן מלחי · סטודיו
<b>advanced reformer</b> 10:30	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Mom&amp;baby - Max</b> <b>MOTHERS</b> 11:00	עדי מלמד · אולם ספורט
<b>advanced reformer</b> 11:30	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>advanced reformer</b> 12:30	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Modern Pilates Reformer</b> 14:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 15:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 15:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 16:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 16:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Modern Pilates Reformer</b> 17:30	הגר דנון · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 17:30	יובל בנוביץ' · אולם ספורט
<b>Ceramics - Stones</b> 17:30	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Ceramics - Table</b> 17:30	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Body Sculpt</b> 17:30	ניצן דוידי · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 18:30	הגר דנון · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 18:30	ניצן דוידי · סטודיו
<b>Max</b> 18:30	יובל בנוביץ' · אולם ספורט
<b>Triola</b> 19:30	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Classic Pilates Reformer</b> 19:30	ניצן דוידי · פילאטיס מכשירים
<b>Yoga Iyengar</b> 19:30	אוריאל יוכט · סטודיו
<b>Max</b> 20:30	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Classic Pilates Reformer</b> 20:30	ניצן דוידי · פילאטיס מכשירים

<b>יום שלישי</b>	
<b>advanced reformer</b> 07:00	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 07:15	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>advanced reformer</b> 08:00	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Vinyasa Yoga</b> 08:15	אביה בורובסקי · סטודיו
<b>Triola</b> 08:15	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>advanced reformer</b> 09:00	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 09:15	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Mat Pilates</b> 09:30	נעם רחנפלד · סטודיו
<b>advanced reformer</b> 10:00	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>kickstart max</b> 10:15	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Ballet</b> 10:30	נעם רחנפלד · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 11:00	שרון אבידר · פילאטיס מכשירים
<b>Ceramics - Stones</b> 11:00	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Ceramics - Table</b> 11:00	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Mom&amp;baby - Barre</b> <b>MOTHERS</b> 11:30	נעם רחנפלד · סטודיו
<b>Open Gym ברודצקי</b> 12:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 12:00	שרון אבידר · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 13:00	ללא מאמן
<b>Open Gym ברודצקי</b> 14:00	ללא מאמן
<b>Open Gym ברודצקי</b> 14:00	ללא מאמן
<b>Open Gym ברודצקי</b> 16:00	ללא מאמן
<b>Classic Pilates Reformer</b> 17:00	פרננדה ליה ודרריו · פילאטיס מכשירים
<b>Yoga Iyengar</b> 17:15	נועה קונסטנטיני · פילאטיס מכשירים
<b>kickstart max</b> 17:30	מאיה זופניק · אולם ספורט
<b>Ceramics - Stones</b> 18:00	מתן שמאי · חדר קרמיקה
<b>Ceramics - Table</b> 18:00	מתן שמאי · חדר קרמיקה
<b>Classic Pilates Reformer</b> 18:00	פרננדה ליה ודרריו · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 18:30	שושן אליעזר · סטודיו
<b>Max</b> 18:30	מאיה זופניק · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 19:00	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים
<b>Barre</b> 19:30	שושן אליעזר · סטודיו
<b>Max</b> 19:30	מאיה זופניק · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 20:00	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים

<b>יום רביעי</b>	
<b>Modern Pilates Reformer</b> 07:00	סתיו פרין · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 07:00	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Yoga Iyengar</b> 07:30	אוריאל יוכט · סטודיו
<b>Max</b> 08:00	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 08:00	סתיו פרין · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 09:00	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 09:00	סתיו פרין · פילאטיס מכשירים
<b>Barre</b> 09:00	נעם רחנפלד · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 10:00	נעם רחנפלד · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 10:00	סתיו פרין · סטודיו
<b>Triola</b> 10:00	דריה פורר · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 11:00	נעם רחנפלד · פילאטיס מכשירים
<b>Nia Dance</b> 11:00	שרונה גיא · סטודיו
<b>Classic Pilates Reformer</b> 12:00	עמית אלגד · פילאטיס מכשירים
<b>Mom&amp;baby - Body Sculpt</b> 12:00	נעם רחנפלד
<b>Classic Pilates Reformer</b> 13:00	עמית אלגד · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 13:00	ללא מאמן
<b>Mom&amp;baby - Pilates</b> 13:00	<b>MOTHERS</b> דניאלה עמרם · סטודיו
<b>Open Gym ברודצקי</b> 14:00	ללא מאמן
<b>Classic Pilates Reformer</b> 14:00	עמית אלגד · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 15:00	ללא מאמן
<b>Open Gym ברודצקי</b> 16:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 17:00	רוני קונסטנטיני · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 17:30	פרננדה ליה ודרריו · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 18:00	רוני קונסטנטיני · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 18:00	תמר לוינתן · אולם ספורט
<b>Vinyasa Yoga</b> 18:30	אופיר תדמור · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 19:00	רוני קונסטנטיני · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 19:00	תמר לוינתן · אולם ספורט
<b>Max</b> 20:00	תמר לוינתן · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 20:00	רוני קונסטנטיני · פילאטיס מכשירים

<b>יום חמישי</b>	
<b>Classic Pilates Reformer</b> 07:00	רעות מלאך · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 07:15	יובל בנוביץ' · אולם ספורט
<b>Classic Pilates Reformer</b> 08:00	רעות מלאך · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 08:15	יובל בנוביץ' · אולם ספורט
<b>Body Sculpt</b> 08:30	נועם קולמן · סטודיו
<b>Classic Pilates Reformer</b> 09:00	רעות מלאך · פילאטיס מכשירים
<b>Ceramics - Stones</b> 09:00	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Ceramics - Table</b> 09:00	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Triola</b> 09:15	יובל בנוביץ' · אולם ספורט
<b>Vinyasa Yoga</b> 09:45	בר הראל · סטודיו
<b>Max</b> 10:15	יובל בנוביץ' · אולם ספורט
<b>advanced reformer</b> 10:30	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Mom&amp;baby - Yoga</b> <b>MOTHERS</b> 11:15	רומי רז · סטודיו
<b>advanced reformer</b> 11:30	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 12:00	ללא מאמן
<b>advanced reformer</b> 12:30	גיל לוי · פילאטיס מכשירים
<b>Yoga Iyengar</b> 12:30	דנה יחזקאל · סטודיו
<b>Open Gym ברודצקי</b> 13:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 13:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 14:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 14:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 15:30	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 15:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 16:00	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 17:00	רוני קונסטנטיני · פילאטיס מכשירים
<b>Mat Pilates</b> 17:15	שני משרים · סטודיו
<b>kickstart max</b> 17:30	נטעלי שפירא · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 17:30	הגר דנון · פילאטיס מכשירים
<b>Ceramics - Stones</b> 17:30	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Ceramics - Table</b> 17:30	דורין קצף · חדר קרמיקה
<b>Vinyasa Yoga</b> 18:15	פרננדה ליה ודרריו · סטודיו
<b>Max</b> 18:30	נטעלי שפירא · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 18:30	קרני גרלר · פילאטיס מכשירים
<b>Collage Garage ערב קולאז' ויין</b> 19:00	
<b>Modern Pilates Reformer</b> 19:30	קרני גרלר · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 19:30	נטעלי שפירא · אולם ספורט
<b>Kundalini Yoga</b> 19:30	ליה גרסטנר

<b>יום שישי</b>	
<b>Modern Pilates Reformer</b> 07:30	נוגה יעיש · פילאטיס מכשירים
<b>Open Gym ברודצקי</b> 07:30	ללא מאמן
<b>Modern Pilates Reformer</b> 08:30	נוגה יעיש · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 08:30	שירה ארצי · אולם ספורט
<b>Mat Pilates</b> 08:30	שני משרים · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 09:30	נוגה יעיש · פילאטיס מכשירים
<b>Triola</b> 09:30	שירה ארצי · אולם ספורט
<b>Vinyasa Yoga</b> 09:30	הלה פניני · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 10:30	נוגה יעיש · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 10:30	אוריה חיים · אולם ספורט
<b>Barre</b> 10:30	שושן אליעזר · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 11:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 11:30	אוריה חיים · אולם ספורט
<b>Body Sculpt</b> 11:30	שושן אליעזר · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 12:30	דניאלה עמרם · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 12:30	אוריה חיים · אולם ספורט
<b>Ashtanga Yoga</b> 12:30	פרננדה ליה ודרריו · סטודיו

<b>יום שבת</b>	
<b>Max</b> 08:00	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Mat Pilates</b> 08:30	עדי גיווין · סטודיו
<b>Max</b> 09:00	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 09:30	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים
<b>Vinyasa Yoga</b> 09:30	עמית קרן צבי · סטודיו
<b>Triola</b> 10:00	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Modern Pilates Reformer</b> 10:30	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים
<b>Max</b> 11:00	מאיה בראון · אולם ספורט
<b>Mat Pilates</b> 11:00	לירון שלאין · סטודיו
<b>Modern Pilates Reformer</b> 11:30	עדי גיווין · פילאטיס מכשירים