

לוח אימונים · בית חנה ברודצקי · 05.07.26–11.07.26

יום ראשון	
Classic Pilates Reformer 07:00	פרנדה ליה ודרריו - פילאטיס מכשירים
Max 07:30	נועם מלמד - אולם ספורט
Classic Pilates Reformer 08:00	פרנדה ליה ודרריו - פילאטיס מכשירים
Vinyasa Yoga 08:15	עמית קרן צבי - סטודיו
Max 08:30	נועם מלמד - אולם ספורט
Classic Pilates Reformer 09:00	פרנדה ליה ודרריו - פילאטיס מכשירים
Ceramics - Stones 09:00	עדי קריקסטונב - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 09:00	עדי קריקסטונב - חדר קרמיקה
Triola 09:30	נועם מלמד - אולם ספורט
Barre 09:30	גיל לוי - סטודיו
Modern Pilates Reformer 10:00	עמית אלגד - פילאטיס מכשירים
Mat Pilates 10:30	גיל לוי - סטודיו
kickstart max 10:45	נועם מלמד - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 11:00	עמית אלגד - פילאטיס מכשירים
Advanced Iyengar 11:30	דנה יחזקאל
Modern Pilates Reformer 12:00	עמית אלגד - פילאטיס מכשירים
Mom&baby - Pilates MOTHERS 12:00	גיל לוי - סטודיו
Open Gym ברודצקי 13:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 13:00	הגר דנון - פילאטיס מכשירים
Mom&baby - Barre MOTHERS 13:00	גיל לוי - סטודיו
Modern Pilates Reformer 14:00	הגר דנון - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 14:00	ללא מאמן
Open Gym ברודצקי 15:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 17:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 17:00	ללא מאמן
Ceramics - Stones 17:30	דורין קצף - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 17:30	דורין קצף - חדר קרמיקה
Modern Pilates Reformer 18:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Max 18:00	ענבל לוין - אולם ספורט
Ashtanga Yoga 18:00	עופרי מר חיים - סטודיו
Modern Pilates Reformer 19:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Triola 19:00	ענבל לוין - אולם ספורט
Mat Pilates 19:30	עופרי מר חיים - סטודיו
Modern Pilates Reformer 20:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Max 20:00	ענבל לוין - אולם ספורט

יום שני	
Triola 07:00	עדי מלמד - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 07:00	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים
Triola 08:00	עדי מלמד - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 08:00	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים
Mat Pilates 08:30	אבישג יוכפז - סטודיו
Max 09:00	עדי מלמד - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 09:00	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים
Ceramics - Stones 09:00	עדי קרמיקה - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 09:00	עדי קרמיקה - חדר קרמיקה
Barre 09:30	אבישג יוכפז - סטודיו
Mom&baby - Max MOTHERS 10:00	עדי מלמד - אולם ספורט
Vinyasa Yoga 10:30	ניצן מלחי - סטודיו
advanced reformer 10:30	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Mom&baby - Max MOTHERS 11:00	עדי מלמד - אולם ספורט
advanced reformer 11:30	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
advanced reformer 12:30	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Modern Pilates Reformer 14:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 15:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 15:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 16:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 16:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Modern Pilates Reformer 17:30	הגר דנון - פילאטיס מכשירים
Triola 17:30	יובל בנוביץ' - אולם ספורט
Body Sculpt 17:30	ניצן דוידי - סטודיו
Modern Pilates Reformer 18:30	הגר דנון - פילאטיס מכשירים
Mat Pilates 18:30	ניצן דוידי - סטודיו
Max 18:30	יובל בנוביץ' - אולם ספורט
Triola 19:30	מאיה בראון - אולם ספורט
Classic Pilates Reformer 19:30	ניצן דוידי - פילאטיס מכשירים
Yoga Iyengar 19:30	אוריאן יוכס - סטודיו
Max 20:30	מאיה בראון - אולם ספורט
Classic Pilates Reformer 20:30	ניצן דוידי - פילאטיס מכשירים

יום שלישי	
advanced reformer 07:00	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Max 07:15	מאיה בראון - אולם ספורט
advanced reformer 08:00	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Triola 08:15	מאיה בראון - אולם ספורט
Vinyasa Yoga 08:15	אביה בורובסקי - סטודיו
advanced reformer 09:00	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Triola 09:15	מאיה בראון - אולם ספורט
Mat Pilates 09:30	נעם רחנפלד - סטודיו
advanced reformer 10:00	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
kickstart max 10:15	מאיה בראון - אולם ספורט
Ballet 10:30	נעם רחנפלד - סטודיו
Modern Pilates Reformer 11:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Ceramics - Stones 11:00	דורין קצף - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 11:00	דורין קצף - חדר קרמיקה
Mom&baby - Barre MOTHERS 11:30	נעם רחנפלד - סטודיו
Open Gym ברודצקי 12:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 12:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Mom&baby - Yoga MOTHERS 12:30	בר הראל - סטודיו
Open Gym ברודצקי 13:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 13:00	שרון אבידר - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 14:00	ללא מאמן
Classic Pilates Reformer 17:00	ניצן דוידי - פילאטיס מכשירים
Yoga Iyengar 17:15	נועה פרידמן - סטודיו
kickstart max 17:30	מאיה זופניק - אולם ספורט
Ceramics - Stones 18:00	מתן שמאי - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 18:00	מתן שמאי - חדר קרמיקה
Classic Pilates Reformer 18:00	ניצן דוידי - פילאטיס מכשירים
Max 18:30	מאיה זופניק - אולם ספורט
Mat Pilates 18:30	אבישג יוכפז - סטודיו
Modern Pilates Reformer 19:00	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים
Max 19:30	מאיה זופניק - אולם ספורט
Barre 19:30	אבישג יוכפז - סטודיו
Modern Pilates Reformer 20:00	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים

יום רביעי	
Modern Pilates Reformer 07:00	סתיו פרין - פילאטיס מכשירים
Triola 07:00	לי רוזהין - אולם ספורט
Yoga Iyengar 07:30	אוריאן יוכס - סטודיו
Modern Pilates Reformer 08:00	סתיו פרין - פילאטיס מכשירים
Max 08:00	לי רוזהין - אולם ספורט
Max 09:00	לי רוזהין - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 09:00	סתיו פרין - פילאטיס מכשירים
Ceramics - Stones 09:00	דורין קצף - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 09:00	דורין קצף - חדר קרמיקה
Barre 09:00	נעם רחנפלד - סטודיו
Modern Pilates Reformer 10:00	נעם רחנפלד - פילאטיס מכשירים
Mat Pilates 10:00	סתיו פרין - סטודיו
Triola 10:00	דריה פורר - אולם ספורט
דלת פתוחה 10:00	עמית אלגד
דלת פתוחה 10:10	עמית אלגד
דלת פתוחה 10:20	עמית אלגד
דלת פתוחה 10:30	עמית אלגד
דלת פתוחה 10:40	עמית אלגד
דלת פתוחה 10:50	עמית אלגד
Max 11:00	דריה פורר - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 11:00	נעם רחנפלד - פילאטיס מכשירים
Nia Dance 11:00	שרונה גיא - סטודיו
Classic Pilates Reformer 12:00	עמית אלגד - פילאטיס מכשירים
Mom&baby - Body Sculpt 12:00	נעם רחנפלד
Classic Pilates Reformer 13:00	עמית אלגד - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 13:00	ללא מאמן
Mom&baby - Pilates MOTHERS 13:00	דניאלה עמרם - סטודיו
Open Gym ברודצקי 14:00	ללא מאמן
Classic Pilates Reformer 14:00	עמית אלגד - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 15:00	ללא מאמן
Open Gym ברודצקי 16:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 17:00	רוני קונסטנטיני - פילאטיס מכשירים
Mat Pilates 17:30	מעיון ניגרי - סטודיו
Ceramics - Stones 17:30	דורין קצף - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 17:30	דורין קצף - חדר קרמיקה
Modern Pilates Reformer 18:00	רוני קונסטנטיני - פילאטיס מכשירים
Max 18:00	אוריה חיים - אולם ספורט
Vinyasa Yoga 18:30	עמית קרן צבי - סטודיו
Triola 19:00	אוריה חיים - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 19:00	רוני קונסטנטיני - פילאטיס מכשירים
Modern Dance 19:45	אורטל אצבחה
Max 20:00	אוריה חיים - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 20:00	רוני קונסטנטיני - פילאטיס מכשירים

יום חמישי	
Classic Pilates Reformer 07:00	רעות מלאך - פילאטיס מכשירים
Max 07:15	מאיה זופניק - אולם ספורט
Classic Pilates Reformer 08:00	רעות מלאך - פילאטיס מכשירים
Max 08:15	ענבל לוין - אולם ספורט
Body Sculpt 08:30	נועם קולמן - סטודיו
Classic Pilates Reformer 09:00	רעות מלאך - פילאטיס מכשירים
Ceramics - Stones 09:00	דורין קצף - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 09:00	דורין קצף - חדר קרמיקה
Triola 09:15	ענבל לוין - אולם ספורט
Vinyasa Yoga 09:45	בר הראל - סטודיו
Max 10:15	ענבל לוין - אולם ספורט
advanced reformer 10:30	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Mom&baby - Yoga MOTHERS 11:15	רומי רז - סטודיו
Mom&baby - Max MOTHERS 11:15	ענבל לוין - אולם ספורט
advanced reformer 11:30	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
advanced reformer 12:30	גיל לוי - פילאטיס מכשירים
Yoga Iyengar 12:30	דנה יחזקאל - סטודיו
Open Gym ברודצקי 12:30	ללא מאמן
Open Gym ברודצקי 13:30	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 13:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Modern Pilates Reformer 14:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Modern Pilates Reformer 15:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 16:00	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 16:30	הגר דנון - פילאטיס מכשירים
Mat Pilates 17:15	שני מירשם - סטודיו
kickstart max 17:30	נטעלי שפירא - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 17:30	הגר דנון - פילאטיס מכשירים
Ceramics - Stones 17:30	דורין קצף - חדר קרמיקה
Ceramics - Table 17:30	דורין קצף - חדר קרמיקה
Vinyasa Yoga 18:15	פרנדה ליה ודרריו - סטודיו
Max 18:30	נטעלי שפירא - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 18:30	קרוי גרלר - פילאטיס מכשירים
Modern Pilates Reformer 19:30	קרוי גרלר - פילאטיס מכשירים
Triola 19:30	נטעלי שפירא - אולם ספורט
Kundalini Yoga 19:30	ליהי גרסטר

יום שישי	
Modern Pilates Reformer 07:30	נוגה יעיש - פילאטיס מכשירים
Open Gym ברודצקי 07:30	ללא מאמן
Modern Pilates Reformer 08:30	נוגה יעיש - פילאטיס מכשירים
Triola 08:30	עדי מלמד - אולם ספורט
Mat Pilates 08:30	שני משרים - סטודיו
Modern Pilates Reformer 09:30	נוגה יעיש - פילאטיס מכשירים
Triola 09:30	עדי מלמד - אולם ספורט
Vinyasa Yoga 09:30	הלה פיני - סטודיו
Modern Pilates Reformer 10:30	נוגה יעיש - פילאטיס מכשירים
Max 10:30	עדי מלמד - אולם ספורט
Barre 10:30	שושן אליעזר - סטודיו
Modern Pilates Reformer 11:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Max 11:30	אוריה חיים - אולם ספורט
Body Sculpt 11:30	שושן אליעזר - סטודיו
Modern Pilates Reformer 12:30	דניאלה עמרם - פילאטיס מכשירים
Max 12:30	אוריה חיים - אולם ספורט
Ashtanga Yoga 12:30	פרנדה ליה ודרריו - סטודיו

יום שבת	
Max 08:00	מאיה בראון - אולם ספורט
Mat Pilates 08:30	עדי גיווין - סטודיו
Max 09:00	מאיה בראון - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 09:30	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים
Vinyasa Yoga 09:30	עמית קרן צבי - סטודיו
Triola 10:00	מאיה בראון - אולם ספורט
Modern Pilates Reformer 10:30	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים
Max 11:00	מאיה בראון - אולם ספורט
Mat Pilates 11:00	הגר דנון - סטודיו
Modern Pilates Reformer 11:30	עדי גיווין - פילאטיס מכשירים