

June 2022

FRI שישי	THU חמישי	WED רביעי	TUE שלישי	MON שני	SUN ראשון
7:30-8:30 ספינינג / רנטה Cycling	8:00-9:00 יוגה ויניאסה / רותי Vinyasa Yoga	8:00-9:00 יוגה האטה / עפרי Hatha Yoga	7:30-9:00 איינגר יוגה / דניאל Iyengar Yoga	8:00-9:00 סייקלינג / רנטה Cycling	7:30-9:00 איינגר יוגה / דניאל Iyengar Yoga
8:30-10:00 אליינמנט יוגה / יעל Alignment Yoga	9:15-10:30 יוגה אורית / רותי Aerial Yoga	8:00-9:00 סייקלינג / רנטה Cycling	8:00-9:00 עיצוב דינאמי / רנטה Body Shape	9:00-10:15 יוגה ויניאסה / רותי Vinyasa Yoga	8:00-9:00 סייקלינג / רנטה Cycling
	15:15-16:45 אליינמנט יוגה / יעל Alignment Yoga	9:15-10:15 איברהים / TRX	9:15-10:15 ריקודי בטן / אוריה Belly Dancing	18:00-19:30 איינגר יוגה / דניאל Iyengar Yoga	9:00-10:00 עיצוב דינאמי / רנטה Body Shape
	17:00-18:00 TRX ומתיחות/ עידן	18:00-19:30 איינגר יוגה / דניאל Iyengar Yoga	9:15-10:15 איברהים / TRX		17:00-18:00 טרקינג / אורי Treking
		18:30-19:30 מתיחות/ אורי Straching			17:30-18:30 פילאטיס / עפרי Pilates



AKASHA

Please register at the Akasha reception desk.

* Participation in classes requires sports shoes and attire only * Arrival no later than 5 minutes before class begins * A fee for hotel guests is applicable * Classes & schedules are subject to change * Minimum of 3 participant.

יש להירשם מראש לשיעורים בעמדת הקבלה.

* חובה להגיע לשיעור עם בגדי ונעלי ספורט * הכניסה לשיעור אפשרית עד 5 דקות מתחילתו * הכניסה לחוגים לאורחי המלון כרוכה בתשלום * ייתכנו שינויים בזמנים, במגוון החוגים ובמדריכים * מינימום 3 משתתפים בשיעור. ** מתקיים בסטודיו ספינינג.