

ראשון	שני	שלישי	רביעי	חמישי	שישי
					07:30 פילאטיס
08:30 פילאטיס מתקדמות		08:30 מדרגה מתקדמות		08:30 מתקדמות	08:30 פילאטיס
09:30 פילאטיס		09:30 פילאטיס		09:30 פילאטיס	09:30 פילאטיס
18:00 פילאטיס	18:00 פילאטיס	18:00 פילאטיס עם מיה	18:00 פילאטיס	18:00 פילאטיס מדרגה	
19:00 פילאטיס	19:00 פילאטיס עם מיה		19:00 פילאטיס		
20:00 פילאטיס גברים	20:00 פילאטיס עם מיה		20:00 פילאטיס נשים+גברים		