

برنامج المراهقات

١٢-١٨ يناير ٢٠١٩

الخميس	الأربعاء	الثلاثاء	الاثنين	الأحد	السبت
صف المرح سنة (١١-٩) مساءً ٠٤:٠٠ سوزان / باولا FS7 ..	الدراجة 15/3 سنة (١٤-١٢) مساءً ٠٤:٠٠ نعومي / سوزان استديو الدراجة ..	التدريب الدائري سنة (١٤-١٢) مساءً ٠٤:٠٠ نعومي / سوزان FS7 ..	الدراجة 15/3 سنة (١٤-١٢) مساءً ٠٤:٠٠ نعومي / باولا استديو الدراجة ..	المعسكر الرياضي سنة (١١-٩) مساءً ٠٤:٠٠ نعومي / سوزان FS3 ..	زومبا سنة (١٧-١٢) مساءً ٠٣:٠٠ ليزا / نعومي FS3 ..
الدراجة 15/3 سنة (١٧-١٥) مساءً ٠٤:٠٠ نعومي استديو الدراجة ..	التدريبات المتتالية سنة (١٧-١٥) مساءً ٠٥:٠٠ نعومي / سوزان FS3 ..	صف المرح سنة (١١-٩) مساءً ٠٥:٠٠ نعومي / سوزان أكتف هول ..	صف المرح سنة (١٧-١٥) مساءً ٠٥:٠٠ نعومي / سوزان أكتف هول ..	صف المرح سنة (١٤-١٢) مساءً ٠٥:٠٠ نعومي / سوزان أكتف هول ..	المشي سنة (١٧-١٢) مساءً ٠٤:٠٠ نعومي / سوزان داخل/خارج المبنى ..
هيب هوب سنة (١٧-١٢) مساءً ٠٥:٠٠ ليزا FS7 ..		التدريب الدائري سنة (١٧-١٥) مساءً ٠٦:٠٠ نعومي / سوزان أكتف هول ..		العاب اليد المرحية سنة (١٧-١٥) مساءً ٠٦:٠٠ نعومي / سوزان أكتف هول ..	