

קחו פסק זמן

עוצרים את המירוץ,
נותנים לגוף ולנפש
להירגע

יום רביעי | 30.5.18 | 12:30-11:30 | הדשא מאחורי אגודת הסטודנטים*
הפסקה פעילה - ביוזמה והפקה של הסטודנטים/יות מתכנית מצוינים

סדנת צמחי
תבלין ומרפא
בהדרכת: תמר

סדנת אירובי
בהדרכת: סהר

סדנת פילאטיס
בהדרכת: ענבל
חוג פילאטיס
מתקיים במכללה
בימי רביעי ב-19:30

סדנת מדיטציה
בהדרכת: אופיר
חוג מדיטציה
מתקיים במכללה
בימי חמישי ב-20:00

סדנת יוגה
בהדרכת: אבישג
חוג יוגה מתקיים
במכללה בימי
שלישי ב-20:15

דוכן שייקים
טבעיים

פינת הרגעות

זוהי פינה ללא
הדרכה, פשוט
מקום לשבת
ולהירגע בכיף

תגיעו, הגוף שלכם יודה לכם על זה.



המכללה האקדמית בית ברל
الكلية الأكاديمية بيت بيرل
Beit Berl College



*תתקיים הפסקת לימודים בשעות בין 11:30 ל-12:30.

خدو استراحه

منوقف السباق,
ومنعطي جسمنا وروحنا
شوية راحة

يوم الاربعاء | 30.5.18 | 12:30-11:30 | وراء مركز رابطة الطلاب*
سوف يتم إيقاف التعليم في هذه الساعات

ورشة نباتات
التوابل
المعالجة
إرشاد: تمار

ورشة إيريوبي
إرشاد: سهر

ورشة بيلاتيس
إرشاد: عنبال
دورة بيلاتيس تقام في
الكلية أيام الأربعاء في
الساعة 19:30

ورشة تأمل
إرشاد: أوفير
دورة تأمل تقام في
الكلية أيام الخميس
في الساعة 20:00

ورشة يوجا
إرشاد: افيشاج
دورة يوجا تقام في
الكلية أيام الثلاثاء
في الساعة 20:15

كشك عصائر
طبيعيه

زاوية الراحة
هذه زاوية بدون
إرشاد، إنها فقط
زاوية للجلوس
والراحة

تعالو، أجسامكم راح تتشكركم بعدين.



המכללה האקדמית בית ברל
الكلية الأكاديمية بيت بيرل
Beit Berl College



*الدرس السابق سوف ينتهي في الساعة 11:30 والدرس الذي يتبع سوف يبدأ في الساعة 12:30