



## Расписание групповых занятий.

Действительно с 29 июля 2019 г.

| Понедельник 29.07                                                        | Вторник 30.07                                                          | Среда 31.07                                                   | Четверг 01.08                                                          | Пятница 02.08                                                           | Суббота 03.08                                          | Воскресенье 04.08                                           |
|--------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| 9.00 Татьяна<br><b>PUMP</b><br>55 мин. зал №1                            | 9.00 Наталья<br><b>BELLY DANCE</b><br>55 мин. зал №1                   |                                                               | 9.00 Татьяна<br><b>PUMP</b><br>55 мин. зал №1                          |                                                                         |                                                        |                                                             |
| 10.00 Татьяна<br><b>BODY&amp;MIND</b><br>55 мин. зал №1                  | 10.00 Татьяна<br><b>TOTAL BODY</b><br>55 мин. зал №1                   | 10.00 Татьяна<br><b>FUNCTIONAL TRAINING</b><br>55 мин. зал №1 | 10.00 Ирина<br><b>AQUA FIT</b><br>45 мин. Бассейн                      | 10.00 Галина<br><b>STEP INTERVAL</b><br>55 мин. зал №1                  | 10.00 Ирина<br><b>INTRO</b><br>45 мин. Бассейн         |                                                             |
|                                                                          | 10.00 Ирина<br><b>INTRO</b><br>45 мин. Бассейн                         | 11.00 Татьяна<br><b>BODY&amp;MIND</b><br>55 мин. зал №1       | 10.00 Михаил<br><b>ZUMBA</b><br>55 мин. зал №1                         | 11.00 Галина<br><b>PILATES</b><br>55 мин. зал №1                        | 11.00 Мария<br><b>AEROBIC DANCE</b><br>55 мин. зал №1  | 11.00 Елена<br><b>FUNCTIONAL TRAINING</b><br>55 мин. зал №1 |
|                                                                          | 11.00 Татьяна<br><b>STRETCHING</b><br>55 мин. зал №2                   |                                                               | 11.00 Ирина<br><b>YOGA</b><br>90 мин. зал №1                           |                                                                         | 12:00 Мария<br><b>ЗДОРОВАЯ СПИНА</b><br>55 мин. зал №2 | 12:00 Елена<br><b>STRETCHING</b><br>55 мин. зал №1          |
|                                                                          |                                                                        |                                                               |                                                                        |                                                                         |                                                        |                                                             |
|                                                                          |                                                                        |                                                               |                                                                        |                                                                         |                                                        |                                                             |
|                                                                          |                                                                        |                                                               |                                                                        |                                                                         |                                                        |                                                             |
| 16.30 * Анна<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн | 16.30 Иван<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн |                                                               | 16.30 Иван<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн | 16.30 Ирина<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн |                                                        |                                                             |
| 18.00 Мария<br><b>AEROBIC DANCE</b><br>55 мин. зал №2                    |                                                                        | 18.00 Наталья<br><b>АЗБУКА ВОСТОКА</b><br>55 мин. зал №1      |                                                                        |                                                                         |                                                        |                                                             |
| 19.00 Светлана<br><b>STRETCHING</b><br>55 мин. зал №1                    | 19.00 Михаил<br><b>ZUMBA</b><br>55 мин. зал №1                         | 19.00 Иван<br><b>ФУТБОЛ</b><br>Открытая площадка              | 19.00 Татьяна<br><b>FUNCTIONAL TRAINING</b><br>55 мин. зал №1          | 19.00 Михаил<br><b>ZUMBA</b><br>55 мин. зал №1                          |                                                        |                                                             |
| 19.00 Анна<br><b>AQUA GYM</b><br>45 мин. Бассейн                         | 20.00 Татьяна<br><b>PUMP</b><br>55 мин. зал №1                         | 19.00 Татьяна<br><b>STRONG BODY</b><br>55 мин. зал №1         | 20.00 Алексей<br><b>BOXING</b><br>55 мин. зал №1                       | 20.00 Галина<br><b>INTERVAL TRAINING</b><br>55 мин. зал №1              | 18.00 Алексей<br><b>BOXING</b><br>90 мин. зал №1       |                                                             |
|                                                                          | 20:00 Анна<br><b>YOGA</b><br>90 мин. зал №2                            | 55 мин. Татьяна<br><b>STRETCHING</b><br>55 мин. зал №2        | 20.00 Анна<br><b>INTRO</b><br>45 мин. Бассейн                          | 21.00 Галина<br><b>STRETCHING</b><br>55 мин. зал №1                     |                                                        |                                                             |
|                                                                          |                                                                        |                                                               | 20.00 Анна<br><b>YOGA</b><br>90 мин. зал №2                            |                                                                         |                                                        |                                                             |

!!! Участвуй в нашем проекте "Активное Up&Up Лето". Пройди испытание недели, собери баллы и получи приз!!!



На данные классы необходима предварительная запись на рецепции клуба.