



## Расписание групповых занятий.

Действительно с 23 сентября 2019 г.

| Понедельник 23.09                                                        | Вторник 24.09                                                                 | Среда 25.09                                                                           | Четверг 26.09                                                             | Пятница 27.09                                                                 | Суббота 28.09                                                                             | Воскресенье 29.09                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 9.00<br><b>PUMP</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                      | 9.00<br><b>BELLY DANCE</b><br>Наталья<br>55 мин.<br>зал №1                    | 9.00<br><b>FUNCTIONAL TRAINING</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                    | 9.00<br><b>PUMP</b><br>Дарья<br>55 мин.<br>зал №1                         | 9.00<br><b>INTERVAL TRAINING</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №1                |                                                                                           |                                                                                   |
| 10.00<br><b>FLEX</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                     | 10.00<br><b>INTRO</b><br>Ирина<br>45 мин.<br>Бассейн                          | 10.00<br><b>BODY&amp;MIND</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                         | 10.00<br><b>ZUMBA</b><br>Михаил<br>55 мин.<br>зал №1                      | 10.00<br><b>STRETCHING</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №1                      | 10.00<br><b>INTRO</b><br>Ирина<br>45 мин.<br>Бассейн                                      |                                                                                   |
|                                                                          | 10.00<br><b>TOTAL BODY</b><br>Дарья<br>55 мин.<br>зал №1                      | 11.00<br><b>FITBALL</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №1                                 | 10.00<br><b>AQUA FIT</b><br>Ирина<br>45 мин.<br>Бассейн                   | 11.00<br><b>PILATES</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                       | 11.00<br><b>AEROBIC DANCE</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №1                               | 11.00<br><b>FUNCTIONAL TRAINING</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №1                 |
|                                                                          | 11.00<br><b>STRETCHING</b><br>Дарья<br>55 мин.<br>зал №2                      |                                                                                       | 11.00<br><b>YOGA</b><br>Ирина<br>90 мин.<br>зал №1                        |                                                                               | 12.00<br><b>ЗДОРОВАЯ СПИНА</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №2                              | 12.00<br><b>STRETCHING</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №1                          |
|                                                                          | 11.00<br><b>YOGA</b><br>Ирина<br>90 мин.<br>зал №1                            |                                                                                       | 12.00<br><b>ТЕННИС</b><br>Игорь<br>55 мин.<br>Корты                       |                                                                               | 13.00<br><b>BOXING</b><br>Алексей<br>90 мин.<br>зал №1                                    |                                                                                   |
|                                                                          |                                                                               |                                                                                       |                                                                           |                                                                               |                                                                                           |                                                                                   |
|                                                                          | 14.00<br><b>ЗДОРОВАЯ СПИНА</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №1                  |                                                                                       |                                                                           |                                                                               |                                                                                           |                                                                                   |
|                                                                          |                                                                               |                                                                                       | 15.00<br><b>FITBALL</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №1                     |                                                                               |                                                                                           | 16.00<br><b>DANCEHALL STYLE</b><br>Светлана<br>55 мин.<br>зал №1                  |
| 16.30<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>Аня<br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн | 16.30<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>Иван<br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн     | 16.30<br>\$ <b>FitJunior Dance</b><br>Светлана<br>90 мин /Contemporary/ зал №1        | 16.30<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>Иван<br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн | 16.30<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>Аня<br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн      |                                                                                           | 16.30<br>\$ <b>FitJunior Dance</b><br>Екатерина<br>90 мин /Hip-Hop/ зал №1        |
| 17.15<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>Аня<br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн | 17.00<br>\$ <b>FitJunior</b><br>Валерий<br>55 мин (12-16 лет) Тренажерный Зал |                                                                                       |                                                                           | 17.15<br>\$ <b>СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ</b><br>Аня<br>45 мин. (7-10 лет ) Бассейн      |                                                                                           |                                                                                   |
|                                                                          |                                                                               |                                                                                       |                                                                           | 17.00<br>\$ <b>FitJunior</b><br>Валерий<br>55 мин (12-16 лет) Тренажерный Зал |                                                                                           |                                                                                   |
| 18.00<br><b>AEROBIC DANCE</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №2              |                                                                               | 18.00<br><b>АЗБУКА ВОСТОКА</b><br>Наталья<br>55 мин.<br>зал №1                        |                                                                           |                                                                               | 18.00<br>\$ <b>CROSSFIT</b><br>Валерий<br>55 мин /предварительная запись/ Трен.Зал        | 18.00<br>\$ <b>АЗБУКА ВОСТОКА *</b><br>Наталья<br>/предварительная запись/ зал №1 |
| 19.00<br><b>ЗДОРОВАЯ СПИНА</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №1             | 19.00<br><b>ZUMBA</b><br>Михаил<br>55 мин.<br>зал №1                          | 19.00<br><b>ФУТБОЛ</b><br>Илья<br>90 мин<br>Ильянка                                   |                                                                           | 19.00<br><b>ZUMBA</b><br>Михаил<br>55 мин.<br>зал №1                          | 18.30<br><b>CONTEMPORARY</b><br>Светлана<br>55 мин.<br>зал №2                             |                                                                                   |
| 19.00<br><b>AQUA GYM</b><br>Аня<br>45 мин.<br>Бассейн                    | 19.00<br><b>TAE BO</b><br>Елена<br>55 мин.<br>зал №2                          | 19.00<br><b>STRONG BODY</b><br>Дарья<br>55 мин.<br>зал №1                             | 19.00<br><b>FUNCTIONAL TRAINING</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1       | 20.00<br><b>CARDIO AND POWER</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №1                | 19.30 !!!<br><b>ШКОЛА ШПАГАТА *</b><br>Светлана<br>55 мин /предварительная запись/ зал №1 |                                                                                   |
|                                                                          | 20.00<br><b>PUMP</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                          | 20.00<br><b>STRETCHING</b><br>Дарья<br>55 мин.<br>зал №2                              | 20.00<br><b>BOXING</b><br>Алексей<br>90 мин.<br>зал №1                    | 21.00<br><b>ЗДОРОВАЯ СПИНА</b><br>Мария<br>55 мин.<br>зал №1                  |                                                                                           |                                                                                   |
|                                                                          | 20.00<br><b>YOGA</b><br>Анна<br>90 мин.<br>зал №2                             | 20.00<br><b>CONTEMPORARY</b><br>Светлана<br>55 мин.<br>зал №1                         | 20.00<br><b>INTRO</b><br>Анна<br>45 мин.<br>Бассейн                       |                                                                               |                                                                                           |                                                                                   |
|                                                                          | 21.00<br><b>FLEX</b><br>Татьяна<br>55 мин.<br>зал №1                          | 21.00 !!!<br>\$ <b>ШКОЛА ШПАГАТА *</b><br>Светлана<br>/предварительная запись/ зал №1 | 20.00<br><b>YOGA</b><br>Анна<br>90 мин.<br>зал №2                         |                                                                               |                                                                                           |                                                                                   |