

Расписание групповых занятий.

Действительно с 09 декабря 2019 г.

Понедельник 09.12	Вторник 10.12	Среда 11.12	Четверг 12.12	Пятница 13.12	Суббота 14.12	Воскресенье 15.12
9.00 Татьяна PUMP 55 мин. зал №1	09.00 Наталья BELLY DANCE 55 мин. зал №1	09.00 Татьяна FUNCTIONAL TRAINING 55 мин. зал №1	8.00 Игорь ТЕННИС 55 мин. Корты	09.00 Елена INTERVAL TRAINING 55 мин. зал №1		
10.00 Татьяна FLEX 55 мин. зал №1	10.00 Ирина INTRO 45 мин. Бассейн	10.00 Татьяна BODY&MIND 55 мин. зал №1	9.00 Дарья PUMP 55 мин. зал №1	10.00 Елена STRETCHING 55 мин. зал №1	10.00 Ирина INTRO 45 мин. Бассейн	
	10.00 Дарья STEP INTERVAL 55 мин. зал №1	11.00 Елена FITBALL 55 мин. зал №1	10.00 Михаил ZUMBA 55 мин. зал №1	11.00 Татьяна PILATES 55 мин. зал №1	11.00 Мария AEROBIC DANCE 55 мин. зал №1	11.00 Елена FUNCTIONAL TRAINING 55 мин. зал №1
	11.00 Дарья STRETCHING 55 мин. зал №1		10.00 Ирина AQUA FIT 45 мин. Бассейн	12.00 Татьяна PRENATAL 55 мин. Зал №1	12.00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1	12.00 Елена STRETCHING 55 мин. зал №1
	11.00 Ирина YOGA 90 мин. зал №2		11.00 Ирина YOGA 90 мин. зал №1		13.00 Алексей BOXING 90 мин. зал №1	
					11.00 Ирина СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (6-7 лет) Бассейн	13.00 Наталья СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (6-7 лет) Бассейн
	14.00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1				12.00 Ирина СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	
			15.00 Елена FITBALL 55 мин. зал №2		13.00 Ирина СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	16.00 Светлана DANCEHALL STYLE 55 мин. Зал №1
16.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	16.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	16.30 Светлана FitJunior Dance 90 мин /Contemporary/ зал №1	16.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	16.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн		16.30 Екатерина FitJunior Dance 90 мин /Hip-Hop/ зал №1
17.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	17.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (11-15 лет) Бассейн		17.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (11-15 лет) Бассейн	17.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн		
	17.00 Алексей FitJunior 55 мин (12-16 лет) Тренажерный Зал			17.00 Алексей FitJunior 55 мин (12-16 лет) Тренажерный Зал		
18.00 Мария AEROBIC DANCE 55 мин. зал №1			18.00 Дарья BASIC STEP 55 мин. зал №1	18.00 Наталья АЗБУКА ВОСТОКА 55 мин. зал №1	18.00 Валерий CROSSFIT 55 мин /предварительная запись/ Трен.Зал	
19.00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1	19.00 Михаил ZUMBA 55 мин. зал №1	18.00 Наталья АЗБУКА ВОСТОКА 55 мин. зал №1	19.00 Татьяна FUNCTIONAL TRAINING 55 мин. зал №1	19.00 Михаил ZUMBA 55 мин. зал №1	18.30 Светлана CONTEMPORARY 55 мин. зал №2	
19.00 Аня AQUA GYM 45 мин. Бассейн	19.00 Елена TAE BO 55 мин. Зал №2	19.00 Дарья STRONG BODY 55 мин. зал №1	19.00 Анна INTRO 45 мин. Бассейн	20.00 Мария CARDIO AND POWER 55 мин. зал №1	19.30 Светлана ШКОЛА ШПАГАТА * 55 мин /предварительная запись/ зал №1	
20.00 Анастасия FUNCTIONAL FIGHT 55 мин. зал №1	20.00 Татьяна PUMP 55 мин. зал №1	20.00 Дарья STRETCHING 55 мин. зал №2	20.00 Алексей BOXING 90 мин. зал №1	21.00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1		
20.00 Татьяна PILATES 55 мин. зал №2	20.00 Анна YOGA 90 мин. зал №2	20.00 Светлана CONTEMPORARY 55 мин. зал №2	20.00 Анна YOGA 90 мин. зал №2	20.30 Только по предварительной записи		
21.00 Светлана ШКОЛА ШПАГАТА * 55 мин /предварительная запись/ зал №1	21.00 Татьяна FLEX 55 мин. зал №1	21.00 Светлана ШКОЛА ШПАГАТА * 55 мин /предварительная запись/ зал №1	21.00 90 мин. ОБЯЗАТЕЛЬНА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ БАСКЕТБОЛ			
21.00 !!! Татьяна STRIP PLASTIC 55 мин. зал №2						

!!! NEW!!! ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ДИАГНОСТИКА !!! NEW !!!

** Занятия по волейболу строго по предварительной записи.