

Расписание групповых занятий.

Действительно с 23 декабря 2019 г.

Понедельник 23.12	Вторник 24.12	Среда 25.12	Четверг 26.12	Пятница 27.12	Суббота 28.12	Воскресенье 29.12
9.00 Татьяна PUMP 55 мин. зал №1 10:00 Татьяна FLEX 55 мин. зал №1	09.00 Наталья BELLY DANCE 55 мин. зал №1 10.00 Ирина INTRO 45 мин. Бассейн 10.00 Дарья STEP INTERVAL 55 мин. зал №1 11.00 Дарья STRETCHING 55 мин. зал №1 11.00 Ирина YOGA 90 мин. зал №2	09.00 Татьяна FUNCTIONAL TRAINING 55 мин. зал №1 10.00 Татьяна BODY&MIND 55 мин. зал №1 11.00 Елена FITBALL 55 мин. зал №1	8:00 Игорь ТЕННИС 55 мин. Корт 9.00 Дарья PUMP 55 мин. зал №1 10.00 Михаил ZUMBA 55 мин. зал №1 10.00 Ирина AQUA FIT 45 мин. Бассейн 11.00 Ирина YOGA 90 мин. зал №1	09.00 Елена INTERVAL TRAINING 55 мин. зал №1 10.00 Елена STRETCHING 55 мин. зал №1 11.00 Татьяна PILATES 55 мин. зал №1 12:00 Татьяна PRENATAL 55 мин. Зал №1	10.00 Ирина INTRO 45 мин. Бассейн 11:00 Мария AEROBIC DANCE 55 мин. зал №1 12:00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1 13:00 Алексей BOXING 90 мин. зал №1 11.00 Ирина СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-12 лет) Бассейн 12.00 Ирина СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (6-7 лет) Бассейн 13.00 Ирина СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-12 лет) Бассейн	11.00 Елена FUNCTIONAL TRAINING 55 мин. зал №1 12:00 Елена STRETCHING 55 мин. зал №1 13.00 Наталья СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (6-7 лет) Бассейн 14.00 Наталья СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-12 лет) Бассейн 16:00 Светлана DANCEHALL STYLE 55 мин. Зал №1 16:30 Екатерина FitJunior Dance 90 мин /Hip-Hop/ зал №1
16.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн 17.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн	16.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн 17.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (11-15 лет) Бассейн 17:00 Алексей FitJunior 55 мин (12-16 лет) Тренажерный Зал	16:30 Светлана FitJunior Dance 90 мин /Contemporary/ зал №1	16.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн 17.30 Иван СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (11-15 лет) Бассейн	16.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн 17.30 Аня СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ 45 мин. (7-10 лет) Бассейн 17:00 Алексей FitJunior 55 мин (12-16 лет) Тренажерный Зал	18.00 Валерий CROSSFIT 55 мин /предварительная запись/ Трен.Зал 18:30 Светлана CONTEMPORARY 55 мин. зал №2 19.30 Светлана ШКОЛА ШПАГАТА * 55 мин /предварительная запись/ зал №1	
18.00 Мария AEROBIC DANCE 55 мин. зал №1 19.00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1 19.00 Аня AQUA GYM 45 мин. Бассейн 20.00 Анастасия FUNCTIONAL FIGHT 55 мин. зал №1 20.00 Татьяна PILATES 55 мин. зал №2 21.00 Светлана ШКОЛА ШПАГАТА * 55 мин /предварительная запись/ зал №1 21.00 !!! Татьяна STRIP PLASTIC 55 мин. зал №2	19.00 Михаил ZUMBA 55 мин. зал №1 19:00 Елена TAE BO 55 мин. Зал №2 20.00 Татьяна PUMP 55 мин. зал №1 20:00 Анна YOGA 90 мин. зал №2 21:00 Татьяна FLEX 55 мин. зал №1	18.00 Наталья АЗБУКА ВОСТОКА 55 мин. зал №1 19.00 Дарья STRONG BODY 55 мин. зал №1 20.00 Дарья STRETCHING 55 мин. зал №2 20:00 Светлана CONTEMPORARY 55 мин. зал №2 21.00 Светлана ШКОЛА ШПАГАТА * 55 мин /предварительная запись/ зал №1	19.00 Татьяна FUNCTIONAL TRAINING 55 мин. зал №1 19.00 Аня INTRO 45 мин. Бассейн 20.00 Алексей BOXING 90 мин. зал №1 20:00 Анна YOGA 90 мин. зал №2 21:00 БАСКЕТБОЛ 90 мин	18.00 Наталья АЗБУКА ВОСТОКА 55 мин. зал №1 19.00 Михаил ZUMBA 55 мин. зал №1 20.00 Мария CARDIO AND POWER 55 мин. зал №1 21.00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. зал №1 20:30 ВОЛЕЙБОЛ ** 120 мин. Только по предварительной записи		

** Занятия по волейболу строго по предварительной записи.