

Расписание групповых занятий.

Действительно с 9 марта 2020 г.

Понедельник 09.03	Вторник 10.03	Среда 11.03	Четверг 12.03	Пятница 13.03	Суббота 14.03	Воскресенье 15.03
10.00 PUMP Татьяна зал №1 55 мин.	09.00 BELLY DANCE Наталья зал №1 55 мин.	08:00 TRX TRENING Марина зал №1 55 мин. /предварительная запись/	8:00 ТЕННИС Игорь Корты 55 мин.	09.00 INTERVAL TRAINING Елена зал №1 55 мин.	10.00 INTRO Ирина Бассейн 45 мин.	
11.00 FLEX Татьяна зал №1 55 мин.	10.00 INTRO Ирина Бассейн 45 мин.	09.00 FUNCTIONAL TRAINING Татьяна зал №1 55 мин.	9.00 PUMP Дарья зал №1 55 мин.	10.00 STRETCHING Елена зал №1 55 мин.	11:00 AEROBIC DANCE Мария зал №2 55 мин.	
11:00 TRX TRENING Елена зал №1 55 мин. /предварительная запись/	10.00 STEP INTERVAL Дарья зал №1 55 мин.	10.00 BODY&MIND Татьяна зал №1 55 мин.	10.00 ZUMBA Михаил зал №1 55 мин.	11.00 PILATES Татьяна зал №2 55 мин.	12:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария зал №1 55 мин.	11.00 FUNCTIONAL TRAINING Елена зал №1 55 мин.
11:00 AQUA GYM Ирина Бассейн 45 мин.	11:00 STRETCHING Дарья зал №1 55 мин.	11:00 FITBALL Елена зал №1 55 мин.	10.00 AQUA FIT Ирина Бассейн 45 мин.		13:00 BOXING Алексей зал №1 90 мин.	12:00 STRETCHING Елена зал №1 55 мин.
			11.00 YOGA Ирина зал №1 90 мин.		11.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина Бассейн 45 мин. (6-7 лет)	
					12.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина Бассейн 45 мин. (7-12 лет)	13.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья Бассейн 45 мин. (6-7 лет)
	14.00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария зал №1 55 мин.				13.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина Бассейн 45 мин. (7-12 лет)	14.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья Бассейн 45 мин. (7-12 лет)
		15.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Аня Бассейн 45 мин. (5-7 лет)	15.00 FITBALL Елена зал №2 55 мин.			16:00 DANCEHALL STYLE Светлана Зал №1 55 мин.
16.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Аня Бассейн 45 мин. (7-10 лет)	16.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван Бассейн 45 мин. (7-10 лет)		16.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван Бассейн 45 мин. (7-10 лет)	16.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Аня Бассейн 45 мин. (7-10 лет)		
17.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Аня Бассейн 45 мин. (7-10 лет)	17.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван Бассейн 45 мин. (11-15 лет)	17.00 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Анна Бассейн 45 мин. (09-12 лет)	17.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван Бассейн 45 мин. (11-15 лет)	17.30 СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Аня Бассейн 45 мин. (7-10 лет)		
	17:00 FitJunior Алексей Тренажерный Зал 55 мин (12-16 лет)			17:00 FitJunior Алексей Тренажерный Зал 55 мин (12-16 лет)	17:00 TRX TRENING Марина зал №1 55 мин. /предварительная запись/	
18.00 AEROBIC DANCE Мария зал №1 55 мин.		18.00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья зал №1 55 мин.	18.00 BASIC STEP Дарья зал №1 55 мин.	18.00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья зал №1 55 мин.	18:00 CROSSFIT Трен.Зал 55 мин. /предварительная запись/	
19.00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария зал №1 55 мин.	19.00 ZUMBA Михаил зал №1 55 мин.	19.00 STRONG BODY Дарья зал №1 55 мин.	19.00 FUNCTIONAL TRAINING Татьяна зал №1 55 мин.	19.00 ZUMBA Михаил зал №1 55 мин.	18:30 CONTEMPORARY Светлана зал №1 55 мин.	
20:00 ФУТБОЛ Николай Зал - Комсомольская, 9 90 мин.	20:00 PUMP Татьяна зал №1 55 мин.	19.00 INTRO Аня Бассейн 45 мин.	20:00 BOXING Алексей зал №1 90 мин.	20.00 CARDIO AND POWER Мария зал №1 55 мин.	19.30 ШКОЛА ШПАГАТА * Светлана зал №1 55 мин. /предварительная запись/	
20.00 FUNCTIONAL FIGHT Анастасия зал №1 55 мин.	21:00 FLEX Татьяна зал №1 55 мин.	20.00 STRETCHING Дарья зал №1 55 мин.	20:00 YOGA Анна зал №2 90 мин	21.00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария зал №1 55 мин.		
	20:00 YOGA Анна зал №2 90 мин	20:00 CONTEMPORARY Светлана зал №2 55 мин.	21:00 БАСКЕТБОЛ Вячеслав зал №2 90 мин	20:30 ВОЛЕЙБОЛ ** Только по записи		
		21.00 ШКОЛА ШПАГАТА * Светлана зал №1 55 мин. /предварительная запись/				