



## РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 27 июля 2020 г.

| Понедельник                                                     | Вторник                                               | Среда                                                        | Четверг                                                  | Пятница                                           | Суббота                                                  | Воскресенье                                          |
|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
|                                                                 |                                                       |                                                              | 9:00 Дарья<br>PUMP Зал № 1<br>55 мин                     | 9:00 Елена<br>INTERVAL TRAINING Зал № 1<br>55 мин |                                                          |                                                      |
| 10:00 Елена<br>PUMP Зал № 1<br>55 мин                           | 10:00 Дарья<br>STEP INTERVAL Зал № 1<br>55 мин        | 10:00 Елена<br>FITBALL Зал № 1<br>55 мин                     | 10:00 Михаил<br>ZUMBA Зал № 1<br>55 мин                  | 10:00 Наталья<br>АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 1<br>55 мин |                                                          |                                                      |
| 11:00 Елена<br>STRETCHING Зал № 1<br>55 мин                     | 11:00 Дарья<br>STRETCHING Зал № 1<br>55 мин           | 11:00 Татьяна<br>\$ PRENATAL 55 мин /Предварительная запись/ | 11:00 Марина<br>\$ TRX /Предварит.Запись/ Зал №1/OUTDOOR |                                                   | 11:00 Мария<br>AEROBIC DANCE Зал № 1<br>55 мин           | 11:00 Елена<br>FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1<br>55 мин |
| 11:00 Татьяна Г.<br>\$ PRENATAL 55 мин /Предварительная запись/ |                                                       |                                                              | 10:00 Ирина<br>INTRO Бассейн<br>45 мин                   |                                                   | 12:00 Мария<br>ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1<br>55 мин.         | 12:00 Елена<br>STRETCHING Зал № 1<br>55 мин          |
|                                                                 | 11:00 Ирина<br>\$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Бассейн<br>45 мин   |                                                              | 11:00 Ирина<br>\$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Бассейн<br>45 мин      |                                                   | 13:00 Алексей<br>BOXING Зал № 1<br>90 мин.               |                                                      |
|                                                                 |                                                       |                                                              |                                                          |                                                   | 15:00 Марина<br>\$ TRX /Предварит.Запись/ Зал №1/OUTDOOR |                                                      |
|                                                                 | 14:00 Мария<br>ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1<br>55 мин       |                                                              |                                                          |                                                   |                                                          |                                                      |
|                                                                 | 16:30 Иван<br>\$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Бассейн<br>45 мин    |                                                              | 16:30 Иван<br>\$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Бассейн<br>45 мин       |                                                   |                                                          |                                                      |
|                                                                 |                                                       |                                                              |                                                          |                                                   |                                                          |                                                      |
| 18:00 Мария<br>AEROBIC DANCE Зал № 1<br>55 мин                  |                                                       |                                                              | 18:00 Дарья<br>BASIC STEP Зал № 1<br>55 мин              |                                                   |                                                          |                                                      |
| 19:00 Мария<br>ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1<br>55 мин                 | 19:00 Михаил<br>ZUMBA Зал № 1<br>55 мин               | 19:00 Елена<br>FITBALL Зал № 1<br>55 мин                     | 19:00 Дарья<br>STRONG BODY Зал № 1<br>55 мин             | 19:00 Михаил<br>ZUMBA Зал № 1<br>55 мин           |                                                          |                                                      |
| 20:00 Светлана<br>CONTEMPORARY Зал № 1<br>55 мин                | 20:00 Анастасия<br>FUNCTIONAL FIGHT Зал № 1<br>90 мин | 20:00 Светлана<br>CONTEMPORARY Зал № 1<br>55 мин             | 20:00 Анна<br>YOGA Зал № 2<br>90 мин                     | 20:00 Мария<br>DANCE & STRETCH Зал № 1<br>55 мин  |                                                          |                                                      |
| 21:00 Светлана<br>\$ ШПАГАТ 55 мин /Предварительная запись/     | 20:00 Анна<br>YOGA Зал № 1<br>90 мин                  | 21:00 Светлана<br>\$ ШПАГАТ 55 мин /Предварительная запись/  | 20:00 Алексей<br>BOXING Зал № 1<br>90 мин.               |                                                   |                                                          |                                                      |
| 20:00 Ирина<br>INTRO Бассейн<br>45 мин                          | 19:00 Юлия<br>ВЕЧЕРНИЙ КРОСС OUTDOOR                  | 20:00 Алексеева Ева<br>"ПСИХОЛОГИЯ ЛИШНЕГО ВЕСА" ONLINE      | 20:00 Юлия<br>ВЕЧЕРНИЙ КРОСС OUTDOOR                     |                                                   |                                                          |                                                      |
| 20:00 Иван<br>ФУТБОЛ Ильянка<br>60 мин                          |                                                       | 19:30 Вячеслав<br>БАСКЕТБОЛ Метеор<br>60 мин                 |                                                          |                                                   |                                                          |                                                      |
|                                                                 |                                                       |                                                              |                                                          |                                                   |                                                          |                                                      |
|                                                                 |                                                       |                                                              |                                                          |                                                   |                                                          |                                                      |

Платные классы

Занятия ONLINE

Занятия на улице /OUTDOOR/