



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 19 октября 2020 г.

Понедельник 19 октября	Вторник 20 октября	Среда 21 октября	Четверг 22 октября	Пятница 23 октября	Суббота 24 октября	Воскресенье 25 октября
	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	9:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья 55 мин Зал № 1	9:00 PUMP Дарья 55 мин Зал № 1	9:00 INTERVAL TRAINING Елена 55 мин Зал № 1	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	
10:00 PUMP Елена 55 мин Зал № 1	10:00 STEP INTERVAL Дарья 55 мин Зал № 1	10:00 FITBALL Елена Б 55 мин Зал № 1	10:00 ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	10:00 PILATES Наталья 55 мин Зал № 1	10:00 TOTAL BODY Анастасия 55 мин Зал № 1	
11:00 STRETCHING Елена 55 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Дарья 55 мин Зал № 2	11:00 FLEX Наталья 55 мин Зал № 1	10:00 INTRO Ирина 45 мин Бассейн		11:00 STRETCHING Анастасия 55 мин. Зал № 2	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена 55 мин Зал № 1
	12:00 YOGA Ирина 90 мин Зал № 1		12:00 YOGA Ирина 90 мин Зал № 1		11:00 AEROBIC DANCE Мария 55 мин Зал № 1	12:00 STRETCHING Елена 55 мин Зал № 1
					12:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин. Зал № 1	
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин Зал № 1				13:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	
	16:00 \$ TRX Елена /Предварит.Запись/ Зал №1		16:00 \$ TRX Елена /Предварит.Запись/ Зал №1			
15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	11:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин 6- 8 лет Бассейн	11:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья 45 мин 5- 7 лет Бассейн
16:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	16:30 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван 45 мин Бассейн	16:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	16:30 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван 45 мин Бассейн	16:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	12:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин 9- 12 лет Бассейн	12:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья 45 мин 8- 12 лет Бассейн
17:45 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн	17:30 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван 45 мин Бассейн	17:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	17:30 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван 45 мин Бассейн	17:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	13:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн	13:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья 45 мин Бассейн
	18:30 19:15 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	18:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн		18:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	14:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн
	17:00 BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин Зал № 1		17:00 BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин Зал № 1	19:15 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	16:00 \$ TRX Марина /Предварит.Запись/ Зал №1	
18:00 AEROBIC DANCE Мария 55 мин Зал № 1	18:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья 55 мин Зал № 1	18:00 PUMP Анастасия 55 мин Зал № 1	18:00 BASIC STEP Дарья 55 мин Зал № 1			
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	19:00 FITBALL Елена 55 мин Зал № 2	19:00 STRONG BODY Дарья 55 мин Зал № 1	19:00 \$ ШПАГАТ МИКС. ГИБКАЯ СПИНА Светлана 55 мин /Предварительная запись/		
19:00 INTRO Ирина 45 мин Бассейн	20:00 FUNCTIONAL FIGHT Анастасия 55 мин Зал № 1	19:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	20:00 YOGA Анна 90 мин Зал № 2	19:00 ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	
20:00 CONTEMPORARY Светлана 55 мин Зал № 1	20:00 YOGA Анна 90 мин Зал № 2	20:00 CONTEMPORARY Светлана 55 мин Зал № 1	20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	20:00 CARDIO & POWER Мария 55 мин Зал № 1		
21:00 \$ ШПАГАТ Светлана 55 мин /Предварительная запись/		21:00 \$ ШПАГАТ Светлана 55 мин /Предварительная запись/		21:00 PILATES 50+ Мария 55 мин Зал № 1		
	20:00 ФУТБОЛ Николай 90 мин Ильинка		21:00 БАСКЕТБОЛ Вячеслав 90 мин			

Платные классы

Занятия ONLINE

Занятия на улице /OUTDOOR/