

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 18 января 2021 г.

Понедельник 18 января	Вторник 19 января	Среда 20 января	Четверг 21 января	Пятница 22 января	Суббота 23 января	Воскресенье 24 января
	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	9:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин 9-14 лет
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 Наталья 55 мин Зал № 2	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	13:30 \$ BODY DRIVE NEW! Анастасия 55 мин Зал № 1
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин Зал № 1	14:00 \$ TRX Елена /Предварит.Запись/ Зал №1	14:00 PILATES Инна 55 мин Зал № 1			
15:00 \$ TRX Елена /Предварит.Запись/ Зал №1					11:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн	11:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья 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	12:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн	12:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья 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	16:30 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Иван 45 мин Бассейн	16:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	13:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн	13:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Наталья 45 мин 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	15:00 \$ WOMAN BOXING NEW! Вячеслав 55 мин Зал № 3	
	17:00 \$ DANCE LIVE Владислава 55 мин 10-15 лет Зал № 2	18:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Ирина 45 мин Бассейн		18:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	15:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Мария 45 мин Бассейн	
17:00 ШКОЛА \$ "СВОБОДНОЕ ДЫХАНИЕ" Предварительная запись! Мария Зал №1	18:00 \$ DANCE LIVE Владислава 55 мин 5-8 лет Зал № 2			18:45/ 19:30 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	16:00 \$ TRX Елена /Предварит.Запись/ Зал №1	
	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин 9-14 лет Зал № 1	17:00 \$ FIT JUNIOR Илья 55 мин Тренажерный Зал	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин 9-14 лет Зал № 1	17:00 \$ DANCE LIVE Владислава 55 мин 10-15 лет Зал № 1	16:00 \$ СЕКЦИЯ ПЛАВАНИЯ Лилия 45 мин Бассейн	
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 \$ DANCE LIVE Владислава 55 мин 5-8 лет Зал № 2	17:00 \$ FIT JUNIOR Илья 55 мин Тренажерный Зал	
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	18:00 BASIC STEP Дарья 55 мин Зал № 1	19:00 \$ ШПАГАТ МИКС. ГИБКАЯ СПИНА 55 мин /Предварительная запись/ Светлана Зал № 1		
19:00 INTRO Ирина 45 мин Бассейн	20:00 FUNCTIONAL FIGHT Анастасия 55 мин Зал № 1	19:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	19:00 STRONG BODY Дарья 55 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	
20:00 \$ ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 2	20:00 YOGA Анна 90 мин Зал № 2	20:00 PILATES Инна 55 мин Зал № 2		20:00 CARDIO & POWER Мария 55 мин Зал № 1		
20:00 CONTEMPORARY Светлана 55 мин Зал № 1	19:00 \$ IRON TRAINING Юлия 55 мин Тренажерный Зал	20:00 CONTEMPORARY Светлана 55 мин Зал № 1	20:00 YOGA Анна 90 мин Зал № 2	21:00 PILATES 50+ Мария 55 мин Зал № 1		
21:00 \$ ШПАГАТ 55 мин /Предварительная запись/ Светлана	20:00 ВЕЧЕРНИЙ КРОСС Юлия 55 мин OUTDOOR	21:00 \$ ШПАГАТ NEW! 55 мин /Предварительная запись/ Светлана	20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	21:30 \$ BODY DRIVE NEW! Анастасия 55 мин Зал № 1		
21:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1		21:00 \$ STRIP PLASTIC NEW! 55 мин /Предварительная запись/ Марина Зал №2	20:00 ВЕЧЕРНИЙ КРОСС Юлия 90 мин OUTDOOR			
			21:00 БАКЕТБОЛ Вячеслав 90 мин			