

Действительно с 05 сентября 2022 г.

Понедельник 05 сентября		Вторник 06 сентября		Среда 07 сентября		Четверг 08 сентября		Пятница 09 сентября		Суббота 10 сентября		Воскресенье 11 сентября			
										10:00	AQUA FIT	Ирина	10:00	\$ BOXING JUNIOR	Вячеслав
										45 мин		Бассейн	55 мин		Зал № 1
10:00	Елена	10:00	Ирина	10:00	Елена	10:00	Ирина	10:00	Екатерина	10:00		Вячеслав			
55 мин	PUMP	45 мин	AQUA FIT	55 мин	FITBALL	45 мин	INTRO	55 мин	STRONG BODY	55 мин (4-7 лет)	\$ BOXING KIDS	Зал № 2			
11:00	Елена	10:00	Екатерина	11:00	Екатерина С	10:00	Мария Ф	11:00	Инна	11:00		Анастасия			
55 мин	STRETCHING	55 мин	INTERVAL TRAINING	55 мин	FITNESSYOGA	55 мин	INTERVAL STEP	55 мин	PILATES	55 мин	TOTAL BODY	Зал № 1			
12:00	Анна	11:00	Екатерина	12:00	Екатерина С	11:00	Мария Ф			12:00		Анастасия	11:00	Елена	
55 мин	YOGA THERAPY	55 мин	STRETCHING	55 мин	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ	55 мин	STRETCHING			55 мин.	STRETCHING	Зал № 2	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING	Зал № 1
					/Предварительная запись/	12:00	Анна			13:00		Мария	12:00	Елена	
						90 мин	YOGA			55 мин.	ЗДОРОВАЯ СПИНА	Зал № 1	55 мин	STRETCHING	Зал № 1
													13:00	PILATES	Анастасия
		14:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА										55 мин		Зал № 1
		55 мин	Мария										14:00	\$ YOGA THERAPY	Анна
			Зал № 2										55 мин		Зал № 2
													14:00		Анастасия
													55 мин	\$ BODY DRIVE	Зал № 1
										16:00		Валерий			
										45 мин	\$ FIT + SWIM	Трен. Зал +Бас.			
		16:30	Валерий			16:30	Валерий								
		55 мин	\$ FIT JUNIOR			55 мин	\$ FIT JUNIOR								
			Тренажерный Зал				Тренажерный Зал								
17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00		Вячеслав			
55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	Зал № 1			
18:00	Вячеслав	18:00	Владислава	18:00	Вячеслав			18:00	Владислава						
55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ DANCE LIVE	55 мин	\$ BOXING JUNIOR			55 мин	\$ DANCE LIVE	55 мин	\$ DANCE LIVE	Зал № 2			
		5-8 лет	Зал № 2	55 мин	Зал № 1			5-8 лет	Зал № 2						
		18:00	Илья	18:00	Анна										
		мин	CROSS KICK BOXING EURO THAI	55 мин	YOGA THERAPY										
			Зал № 1		Зал № 1										
18:00	Мария	19:00	Наталья	19:00	Мария Ф	18:00	Светлана	19:00	Екатерина				19:00	Мини-группа	Валерий
55 мин	AEROBIC DANCE	55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА	55 мин	INTERVAL STEP	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING	55 мин	\$ ABS + STRETCH	55 мин			55 мин	\$ CROSSFIT	Тренажерный Зал
19:00	Зал № 1	19:00	Михаил	19:00	Зал № 1	19:00	Кирилл	19:00	Михаил						
55 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА	55 мин	ZUMBA	45 мин	AQUA FIT	55 мин	LATINA MIX	55 мин	ZUMBA						
19:00	Зал № 2	20:00	Зал № 1	20:00	Бассейн	20:00	Ольга	20:00	Зал № 1						
55 мин	Мария Ф	55 мин	Анастасия	55 мин	Инна	20:00	HATHA YOGA	56 мин	PILATES 50+	56 мин					
19:00	INTERVAL TRAINING	20:00	FUNCTIONAL FIGHT	20:00	PILATES	90 мин	Алексей	20:00							
45 мин	Зал № 1	20:00	Зал № 1	20:00	Зал № 1	90 мин.	BOXING	55 мин	\$ CROSS KICK BOXING EURO THAI						
19:00	Ирина	20:00	Ольга			90 мин.	Зал № 1	55 мин							
20:00	Бассейн	90 мин	Зал № 2												
20:00	Алексей									20:00	\$ ZUMBA	Михаил			
90 мин.	Зал № 1									55 мин		Зал № 1			
				21:00	Мини-группа										
				\$ CROSSFIT	Валерий										
				55 мин	/Предварительная запись/ ТрЗал										

Платные классы

Занятия ONLINE

Занятия на улице /OUTDOOR/