

Действительно с 10 октября 2022 г.

Понедельник 10 октября		Вторник 11 октября		Среда 12 октября		Четверг 13 октября		Пятница 14 октября		Суббота 15 октября		Воскресенье 16 октября	
				09:00	Татьяна	09:00	Наталья	09:00	Елена			10:00	Вячеслав
				55 мин	BODY & MIND Зал № 1	55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 1	55 мин	PUMP Зал № 1			55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1
10:00	Елена	10:00	Ирина	10:00	Елена	10:00	Ирина	10:00	Екатерина	10:00	Вячеслав		
55 мин	FITBALL Зал № 1	45 мин	AQUA FIT Бассейн	55 мин	INTERVAL TRAINING Зал № 1	45 мин	INTRO Бассейн	55 мин	INTERVAL TRAINING Зал № 1	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	Наталья	11:00	Дарья		
55 мин	STRETCHING Зал № 2	55 мин	STRONG BODY Зал № 1	55 мин	FITNESSYOGA Зал № 1	55 мин	INTERVAL STEP Зал № 1	55 мин	PILATES Зал № 1	55 мин	TOTAL BODY Зал № 1		
12:00	Анна	11:00	Екатерина	12:00	Екатерина С	11:00	Мария Ф			12:00	Дарья	11:00	Елена
55 мин	YOGA THERAPY Зал № 1		STRETCHING Зал № 1		\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/		STRETCHING Зал № 1			55 мин.	Зал № 2	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1
		12:00	Ирина	12:00	Елена	12:00	Ирина			12:00	Мария	12:00	Елена
		90 мин	Зал № 1		\$ TRX /Предварительная запись/ Зал №1	90 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1
										13:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1		
		14:00	Мария			14:00	Мария			13:00	Екатерина С	14:00	Анна
		55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1			\$ FITNESSYOGA 55 мин /Предварительная запись/		\$ YOGA THERAPY 55 мин	Зал № 2
										14:00	Екатерина С	14:00	Анастасия
										\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/		\$ BODY DRIVE 55 мин	Зал № 1
		16:30	Валерий			16:30	Валерий	17:00	Вячеслав				
		55 мин	\$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал			55 мин	\$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1				
17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	18:00	Вячеслав				
55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1				
18:00	Вячеслав	18:00	Владислава	18:00	Вячеслав	18:00	Вячеслав	18:00	Владислава	11:00	Валерий		
55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ DANCE LIVE 5-8 лет Зал № 2	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ BOXING JUNIOR Зал № 1	55 мин	\$ DANCE LIVE 5-8 лет Зал № 2	46 мин. (12-16 лет)	\$ FIT + SWIM Трен. Зал + Бас.		
		18:00	Светлана	18:00	Анна	18:00	Светлана						
			PUMP Зал № 1	55 мин	YOGA THERAPY Зал № 1	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1						
18:00	Мария	19:00	Наталья	19:00	Мария Ф	19:00	Елена	19:00	Михаил			19:00	Валерий
55 мин	AEROBIC DANCE Зал № 1	55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	55 мин	INTERVAL STEP Зал № 1	55 мин	FITBALL Зал № 2	55 мин	ZUMBA Зал № 1			55 мин	Мини-группа \$ CROSSFIT Тренажерный Зал
19:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2	19:00	Михаил	19:00	Ирина	19:00	Кирилл	20:00	Светлана				
55 мин		55 мин	ZUMBA Зал № 1	45 мин	AQUA FIT Бассейн	55 мин	LATINA MIX Зал № 1	мин	Зал				
19:00	Мария Ф	20:00	Анастасия	20:00	Мария	20:00	Ольга	20:00	Мария				
55 мин	INTERVAL TRAINING Зал № 1	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1	55 мин	PILATES Зал № 1	90 мин	HATHA YOGA Зал № 2	56 мин	PILATES 50+ Зал № 2				
19:00	Ирина			20:00	Светлана	20:00	Алексей						
45 мин	INTRO Бассейн			55 мин	CONTEMPORARY Зал № 2	90 мин.	BOXING Зал № 1						
20:00	Алексей									20:00	Михаил		
90 мин.	BOXING Зал № 1									55 мин	Зал № 1		
20:00	Ольга			21:00	Валерий	21:00	Вячеслав			21:00	Вячеслав		
90 мин	HATHA YOGA Зал № 2			\$ CROSSFIT 55 мин /Предварительная запись/ ТрЗал		БАСКЕТБОЛ				БАСКЕТБОЛ			