

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 16 января 2023 г.

Понедельник 16 января		Вторник 17 января		Среда 18 января		Четверг 19 января		Пятница 20 января		Суббота 21 января		Воскресенье 22 января		
				09:00	Татьяна	09:00	Наталья			10:00	Ирина	10:00	Вячеслав	
				55 мин	BODY & MIND	55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА			45 мин	AQUA FIT	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	
					Зал № 1		Зал № 1				Бассейн		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	45 мин	INTRO	Бассейн	55 мин (4-7 лет)	Зал № 2		
11:00	Елена	10:00	Екатерина	11:00	Екатерина	10:00	Мария Ф	11:00	Инна	11:00	Анастасия	11:00	Елена	
55 мин	STRETCHING	Зал № 2	55 мин	STRONG BODY	Зал № 1	55 мин	FITNESSYOGA	55 мин	INTERVAL STEP	Зал № 1	55 мин	TOTAL BODY	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING
12:00	Анна	11:00	Екатерина	12:00	Екатерина	11:00	Мария Ф	12:00	Мария Ф	12:00	Анастасия	12:00	Елена	
55 мин	YOGA THERAPY	Зал № 1	55 мин	STRETCHING	Зал № 1	55 мин	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ	55 мин	STRETCHING	Зал № 2	55 мин	STRETCHING	Зал № 1	
		12:00	Ирина	12:00	Елена	12:00	Ирина	12:00	Ирина	12:00	Мария	13:00	Анастасия	
		90 мин	Зал № 1		\$ TRX	90 мин	YOGA	Зал № 1		55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	
					/Предварительная Запись/					13:00	Мария	14:00	Анна	
										55 мин	Зал № 1	55 мин	\$ YOGA THERAPY	
		14:00	Мария			14:00	Инна			14:00	Кирилл			
		55 мин	Зал № 1			55 мин	PILATES	Зал № 1		55 мин	Зал № 1			
										13:00	Екатерина			
										55 мин	\$ FITNESSYOGA			
										14:00	Екатерина			
										55 мин	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ			
											/Предварительная запись/			
		16:30	Валерий			16:30	Валерий	17:00	Вячеслав					
		55 мин	\$ FIT JUNIOR			55 мин	\$ FIT JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR					
			Тренажерный Зал				Тренажерный Зал	55 мин	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	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	Зал № 1				
18:00	Вячеслав	18:00	Владислава	18:00	Вячеслав	18:00	Вячеслав	18:00	Владислава					
55 мин	\$ BOXING JUNIOR	Зал № 1	55 мин	\$ DANCE LIVE	Зал № 2	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ DANCE LIVE	Зал № 2				
18:00	Мария	18:00	Светлана	18:00	Анна	18:00	Светлана	18:00	Светлана					
55 мин	AEROBIC DANCE	Зал № 1	мин	PUMP	Зал № 1	55 мин	YOGA THERAPY	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING	Зал № 1	мин	PUMP	Зал № 1	
19:00	Мария	19:00	Наталья	19:00	Мария Ф	19:00	Мария Ф	19:00	Светлана	19:00	Михаил			
55 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА	Зал № 2	55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА	Зал № 2	55 мин	INTERVAL STEP	55 мин	STRETCHING	Зал № 1	55 мин	ZUMBA	Зал № 1	
19:00	Мария Ф	19:00	Михаил	19:00	Ирина	19:00	Ирина	19:00	Елена	20:00	Мария			
55 мин	INTERVAL TRAINING	Зал № 1	55 мин	ZUMBA	Зал № 1	45 мин	AQUA FIT	Бассейн	55 мин	FITBALL	Зал № 2	56 мин	PILATES 50+	
19:00	Ирина	20:00	Анастасия	20:00	Инна	20:00	Инна	20:00	Ольга					
45 мин	INTRO	Бассейн	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING	Зал № 1	55 мин	PILATES	Зал № 1	90 мин	HATHA YOGA	Зал № 2			
20:00	Алексей	20:30	Ольга	20:00	Светлана	20:00	Светлана	20:00	Алексей					
90 мин.	BOXING	Зал № 1	90 мин	HATHA YOGA	Зал № 2	55 мин	CONTEMPORARY	Зал № 2	90 мин.	Зал № 1				
											20:00	\$ ZUMBA	Михаил	
											55 мин	Зал № 1		
						21:00	Вячеслав				20:00	Вячеслав		
						90 мин	БАСКЕТБОЛ				90 мин	БАСКЕТБОЛ		