

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 30 января 2023 г.

Понедельник 30 января		Вторник 31 января		Среда 01 февраля		Четверг 02 февраля		Пятница 03 февраля		Суббота 04 февраля		Воскресенье 05 февраля									
										10:00	Ирина	10:00	Вячеслав								
										45 мин	AQUA FIT	Бассейн	\$ BOXING JUNIOR								
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							
11:00	Елена	10:00	Екатерина	11:00	Екатерина С	10:00	Мария Ф	11:00	Инна												
55 мин	STRETCHING	Зал № 2	55 мин	STRONG BODY	Зал № 1	55 мин	FITNESSYOGA	Зал № 1	55 мин	INTERVAL STEP	Мария Ф	55 мин	PILATES	Зал № 1							
12:00	Анна	11:00	Екатерина	12:00	Екатерина С	11:00	Мария Ф					11:00	Вячеслав								
YOGA THERAPY		STRETCHING		\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ		STRETCHING						TOTAL BODY		Анастасия							
55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	/Предварительная запись/	55 мин	Зал № 2					55 мин	Зал № 1	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING						
		YOGA				YOGA						12:00	Анастасия	12:00	Елена						
		90 мин		Зал № 1		90 мин		Зал № 1				55 мин.	Зал № 2	55 мин	Зал № 1						
		12:00		NEW								12:00	Мария	13:00	Анастасия						
		ОТКРЫТАЯ ТРЕНИРОВКА		Тренажерный Зал								55 мин	Зал № 1	55 мин	ПILATES						
		14:00		Мария		14:00		Инна				13:00	Мария	14:00	Анна						
		55 мин		Зал № 1		55 мин		Зал № 1				55 мин.	Зал № 1	55 мин	\$ YOGA THERAPY						
												14:00	Кирилл	14:00	Анастасия						
												56 мин	Зал № 2	55 мин	\$ BODY DRIVE						
												13:00	Екатерина С								
												\$ FITNESSYOGA	/Предварительная запись/								
												14:00	Екатерина С								
												\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ	/Предварительная запись/								
		16:30		Валерий		17:00		NEW		16:30		Валерий		17:00		Наталья					
		55 мин		\$ FIT JUNIOR		Тренажерный Зал		ОТКРЫТАЯ ТРЕНИРОВКА		55 мин		\$ FIT JUNIOR		Тренажерный Зал		55 мин		АЗБУКА ВОСТОКА			
17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	\$ BOXING JUNIOR		Зал № 1		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	\$ DANCE LIVE		Зал № 2		18:00	Вячеслав			18:00	Владислава								
55 мин	\$ BOXING JUNIOR	Зал № 1	55 мин	5-8 лет	Зал № 2	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	Зал № 1	55 мин	\$ DANCE LIVE	Зал № 2	55 мин	5-8 лет	Зал № 2							
18:00	Мария	18:00	Светлана	PUMP		Зал № 1		18:00	Анна	18:00		Светлана									
55 мин	AEROBIC DANCE	Зал № 1	мин					55 мин	Зал № 1	55 мин		Зал № 1									
19:00	Мария	19:00	Наталья	АЗБУКА ВОСТОКА		19:00		Мария Ф	19:00		Светлана		19:00		Михаил		18:00		Мини-группа		
55 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА	Зал № 2	55 мин	Зал № 2			55 мин	Зал № 1	55 мин		Зал № 1		55 мин		Зал № 1		55 мин		\$ CROSSFIT		
19:00	Мария Ф	19:00	Михаил	ZUMBA		19:00		Ирина	19:00		Елена		20:00		Мария				Тренажерный Зал		
55 мин	INTERVAL TRAINING	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	45 мин		AQUA FIT	Бассейн	55 мин	FITBALL	Зал № 2	56 мин	PILATES 50+	Зал № 1							
19:00	Ирина	20:00	Анастасия	FUNCTIONAL TRAINING		20:00		Инна	20:00		Ольга		21:00		КУРС/МЕСЯЦ		Светлана				
45 мин	INTRO	Бассейн	55 мин	Зал № 1	55 мин		PILATES	Зал № 1	90 мин	НАТНА YOGA	Зал № 2	55 мин	\$ ШПАГАТ	/Предварительная запись/							
20:00	Алексей	20:30	Ольга	HATHA YOGA		20:00		Светлана	20:00		Алексей										
90 мин.	BOXING	Зал № 1	90 мин	Зал № 2	55 мин		CONTEMPORARY	Зал № 2	90 мин.	BOXING	Зал № 1										
21:00	КУРС/МЕСЯЦ	Светлана			21:00		КУРС/МЕСЯЦ	Светлана					20:00		Михаил						
\$ ШПАГАТ				55 мин		\$ ШПАГАТ		/Предварительная запись/				55 мин		\$ ZUMBA		Зал № 1					
										21:00		Вячеслав		21:00		Вячеслав					
										90 мин		БАСКЕТБОЛ		90 мин		БАСКЕТБОЛ					