

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 13 февраля 2023 г.

Понедельник 13 февраля		Вторник 14 февраля		Среда 15 февраля		Четверг 16 февраля		Пятница 17 февраля		Суббота 18 февраля		Воскресенье 19 февраля	
										10:00	Ирина	10:00	Вячеслав
										45 мин	AQUA FIT	Бассейн	55 мин \$ BOXING JUNIOR
10:00	Елена	10:00	Ирина	10:00	Елена	10:00	Ирина	10:00	Екатерина	10:00	Вячеслав		
55 мин	FITBALL	45 мин	Бассейн	55 мин	INTERVAL TRAINING	45 мин	Бассейн	55 мин	INTERVAL TRAINING	55 мин (4-7 лет)	Зал № 2		
11:00	Елена	10:00	Екатерина	11:00	Екатерина	10:00	Мария Ф	11:00	Инна				
55 мин	STRETCHING	55 мин	Зал № 1	55 мин	FITNESSYOGA	55 мин	Зал № 1	55 мин	PILATES				
12:00	Анна	11:00	Екатерина	12:00	Екатерина	11:00	Мария Ф			11:00	Анастасия	11:00	
55 мин	YOGA THERAPY	55 мин	Зал № 1	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ		STRETCHING				55 мин	TOTAL BODY	FUNCTIONAL TRAINING	
		55 мин	Зал № 1	/Предварительная запись/		55 мин	Зал № 2			55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1
		12:00	Ирина			12:00	Ирина			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								55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1
		Тренажерный Зал								13:00	Мария	14:00	Анна
		14:00	Мария			14:00	Инна			55 мин.	Зал № 1	55 мин	Зал № 2
		55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1			14:00	Кирилл	14:00	Анастасия
										56 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 1
										13:00	Екатерина С		
										55 мин	\$ FITNESSYOGA		
										/Предварительная запись/			
										14:00	Екатерина С		
										\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ			
										/Предварительная запись/			
		16:30	Валерий	17:00	NEW	16:30	Валерий	17:00	Вячеслав			17:00	Наталья
		55 мин	\$ FIT JUNIOR	ОТКРЫТАЯ ТРЕНИРОВКА		55 мин	\$ FIT JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR			55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА
		Тренажерный Зал		Тренажерный Зал		55 мин	Тренажерный Зал	55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1
17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	17:00	Вячеслав	18:00	Вячеслав			18:15	Наталья
55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ BOXING JUNIOR			55 мин	\$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА
18:00	Вячеслав	18:00	Владислава	18:00	Вячеслав			18:00	Владислава			/Предварительная запись/	
55 мин	\$ BOXING JUNIOR	55 мин	\$ DANCE LIVE	55 мин	\$ BOXING JUNIOR			55 мин	\$ DANCE LIVE				
18:00	Мария	18:00	5-8 лет	18:00	Анна	18:00	FUNCTIONAL TRAINING	18:00	5-8 лет				
55 мин	AEROBIC DANCE	55 мин	PUMP	18:00	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1				
19:00	Мария	19:00	Наталья	19:00	Мария Ф	19:00	Светлана	19:00	Михаил			18:00	Мини-группа
55 мин	ЗДОРОВАЯ СПИНА	55 мин	АЗБУКА ВОСТОКА	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1			55 мин	\$ CROSSFIT
19:00	Мария Ф	19:00	Михаил	19:00	Ирина	19:00	Елена	20:00	Мария			Тренажерный Зал	
55 мин	INTERVAL TRAINING	55 мин	ZUMBA	45 мин	AQUA FIT	55 мин	FITBALL	56 мин	PILATES 50+				
19:00	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	20:00	Бассейн	55 мин	Зал № 2	56 мин	Зал № 1				
19:00	Ирина	20:00	Анастасия	20:00	Инна	20:00	Ольга	21:00	Светлана				
45 мин	INTRO	55 мин	FUNCTIONAL TRAINING	20:00	PILATES	20:00	HATHA YOGA	\$ КУРС/МЕСЯЦ					
20:00	Бассейн	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	90 мин	Зал № 2	\$ ШПАГАТ					
20:00	Алексей	20:30	Ольга	20:00	Светлана	20:00	Алексей	/Предварительная запись/					
90 мин.	BOXING	90 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 2	90 мин.	Зал № 1						
20:00	NEW			21:00	КУРС/МЕСЯЦ					20:00	Михаил		
55 мин	\$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ			55 мин	\$ ШПАГАТ					55 мин	Зал № 1		
	/Предварительная запись/			55 мин	/Предварительная запись/								
21:00	КУРС/МЕСЯЦ					21:00	Вячеслав			21:00	Вячеслав		
	\$ ШПАГАТ					90 мин	БАСКЕТБОЛ			90 мин	БАСКЕТБОЛ		
	/Предварительная запись/												