РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

UP&UP FITNESS

Действительно с 06 марта 2023 г.

Понедельник 06 марта	Вторник 07 марта	Среда 08 марта	Четверг 09 марта	Пятница 10 марта	Суббота 11 марта	Воскресенье 12 марта
		10:00 Ирина AQUA FIT 45 мин Бассейн			10:00 Ирина AQUA FIT 45 мин Басссейн	10:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1
10:00 Елена FITBALL 55 мин Зал № 1	10:00 Ирина AQUA FIT 45 мин Басссейн	10:00 Елена / Юлия INTERVAL TRAINING 55 мин Зал № 1	10:00 Ирина INTRO 45 мин Бассейн	10:00 Екатерина / Юлия INTERVAL TRAINING 55 мин Зал № 1	10:00 Вячеслав $ BOXING KIDS 55 мин (4-7 лет) Зал № 2	
11:00 Елена STRETCHING 55 мин Зал № 2	10:00 - 12:00 программа "ЖЕНСКИЕ РАДОСТИ" зал№1	11:00 Екатерина С FITNESSYOGA 55 мин Зал № 1	10:00 Мария Ф INTERVAL STEP 55 мин Зал № 1	11:00 Инна PILATES 55 мин Зал № 1		
12:00 Анна YOGA THERAPY 55 мин Зал № 1		12:00 Екатерина С $ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/	11:00 Мария Ф STRETCHING 55 мин Зал № 2	12:00 Агата BASIC STEP 55 мин Зал № 1	11:00 Анастасия FUNCTIONAL TRAINING 55 мин Зал № 1	11:00 Елена FUNCTIONAL TRAINING 55 мин Зал № 1
	12:00 Ирина YOGA 90 мин Зал № 1	8 Марта Поздравляем!	12:00 Ирина YOGA 90 мин Зал № 1		12:00 Анастасия STRETCHING 55 мин. Зал № 2	12:00 Елена STRETCHING 55 мин Зал № 1
	12:00 ОТКРЫТАЯ ТРЕНИРОВКА Тренажерный Зал				12:00 Мария AEROBIC DANCE 55 мин Зал № 1	13:00 Анастасия PILATES 55 мин Зал № 1
	14:00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин Зал № 1		14:00 Инна PILATES 55 мин Зал № 1		13:00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин. Зал № 1	14:00 Анна $ YOGA THERAPY 55 мин Зал № 2
					14:00 Кирилл LATINA MIX 56 мин Зал № 2	14:00 Анастасия $ BODY DRIVE 55 мин Зал № 1
					13:00 Екатерина С $ FITNESSYOGA 55 мин /Предварительная запись/	
					14:00 Екатерина С $ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ /Предварительная запись/	
	16:30 Валерий $ FIT JUNIOR 55 мин Тренажерный Зал		16:30 Валерий $ FIT JUNIOR 55 мин Тренажерный Зал	17:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1		17:00 Наталья АЗБУКА ВОСТОКА 55 мин Зал № 1
17:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1	17:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1		17:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1	18:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1		18:15 NEW Наталья $ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА 55 мин /Предварительная запись/
18:00 Вячеслав $ BOXING JUNIOR 55 мин Зал № 1	18:00 Владислава $ DANCE LIVE 55 мин 5-8 лет Зал № 2			18:00 Владислава $ DANCE LIVE 55 мин 5-8 лет Зал № 2		
18:00 Мария AEROBIC DANCE 55 мин Зал № 1	18:00 Светлана PUMP 55 мин Зал № 1		18:00 Светлана FUNCTIONAL TRAINING 55 мин Зал № 1	18:00 Светлана PUMP мин Зал		
19:00 Мария ЗДОРОВАЯ СПИНА 55 мин Зал № 2	19:00 Наталья АЗБУКА ВОСТОКА 55 мин Зал № 2		19:00 Светлана STRETCHING 55 мин Зал № 1	19:00 Михаил ZUMBA 55 мин Зал № 1		18:00 Мини-группа Валерий $ CROSSFIT 55 мин Тренажерный Зал
19:00 Мария Ф INTERVAL TRAINING 55 мин Зал № 1	19:00 Михаил ZUMBA 55 мин Зал № 1		19:00 Елена FITBALL 55 мин Зал № 2	20:00 Мария PiLATES 50+ 56 мин Зал № 1		
19:00 Ирина INTRO 45 мин Бассейн	20:00 Анастасия FUNCTIONAL TRAINING 55 мин Зал № 1			21:00 КУРС/МЕСЯЦ Светлана $ ШПАГАТ 55 мин /Предварительная запись/		
20:00 Исламдин BOXING 90 мин. Зал № 1	20:30 Ольга HATHA YOGA 90 мин Зал № 2					
20:00 NEW Мария $ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ 55 мин /Предварительная запись/					20:00 Михаил $ ZUMBA 55 мин Зал № 1	
21:00 КУРС/МЕСЯЦ Светлана $ ШПАГАТ 55 мин /Предварительная запись/			21:00 Вячеслав БАСКЕТБОЛ 90 мин		21:00 Вячеслав БАСКЕТБОЛ 90 мин	