UP&UP FITNESS

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 3 июля 2023 г.

Понедельник 3 июля	Вторник 4 июля	Среда 5 июля	Четверг 6 июля	Пятница 7 июля	Суббота 8 июля	Воскресенье 9 июля
		9:00 BODY&MIND Татьяна 55 мин Зал № 1			10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Басссейн	10:00 $ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин Зал № 1
10:00 FITBALL Елена 55 мин Зал № 1	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Басссейн	10:00 PUMP Мария К 55 мин Зал № 1	10:00 INTRO Ирина 45 мин Бассейн	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина 55 мин Зал № 1	10:00 $ BOXING KIDS Вячеслав 55 мин (4-7 лет) Зал № 2	
11:00 STRETCHING Елена 55 мин Зал № 1	10:00 STRONG BODY Екатерина 55 мин Зал № 1	11:00 FITNESSYOGA Екатерина С 55 мин Зал № 2	10:00 INTERVAL STEP Мария Ф 55 мин Зал № 2	11:00 PILATES Инна 55 мин Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Мария К 55 мин Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена 55 мин Зал № 1
	11:00 STRETCHING Екатерина 55 мин Зал № 1	12:00 $ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ Екатерина С 55 мин /Предварительная запись/	11:00 STRETCHING Мария Ф 55 мин Зал № 2		12:00 NEW TRX Мария К 55 мин / Предварительная запись/Зал №2	12:00 STRETCHING Елена 55 мин Зал № 1
	12:00 YOGA Ирина 90 мин Зал № 1		12:00 YOGA Ирина 90 мин Зал № 1		12:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин. Зал № 1	
	10:00 $ FIT SWIM Валерий 55 мин Зал № 2		10:00 $ FIT SWIM Валерий 55 мин Зал № 1		13:00 $ FITNESSYOGA Екатерина С 55 мин /Предварительная запись/	
	11:00 $ FIT SWIM Валерий Тренажерный Зал		11:00 $ FIT SWIM Валерий Тренажерный Зал		14:00 $ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ Екатерина С 55 мин /Предварительная запись/	
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин Зал № 1		14:00 PILATES Инна 55 мин Зал № 1			
						18:00 $ CROSSFIT Мини-группа Валерий 55 мин Тренажерный Зал
17:00 $ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин Зал № 1		17:00 $ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин Зал № 1		17:00 $ BOXING JUNIOR Вячеслав 55 мин Зал № 1		18:15 NEW $ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА Наталья 55 мин /Предварительная запись/
18:00 AEROBIC DANCE Мария 55 мин Зал № 1	18:00 INTERVAL TRAINING Светлана 55 мин Зал № 1		18:00 FUNCTIONAL TRAINING Светлана 55 мин Зал № 1	18:00 PUMP Светлана 55 мин ЗалN1		
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария 55 мин Зал № 2	19:00 NEW TRX Мария К 55 мин / Предварительная запись/	19:00 INTERVAL STEP Мария Ф 55 мин Зал № 1	19:00 STRETCHING Светлана 55 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1		
19:00 INTERVAL TRAINING Мария Ф 55 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья 55 мин Зал № 2	19:00 FITBALL Елена 55 мин Зал № 2	20:00 PiLATES 50+ Мария 56 мин Зал № 1		
19:00 INTRO Ирина 45 мин Бассейн	19:00 NEW ВЕЧЕРНИИ КРОСС Татьяна	19:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1			
20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	20:00 STRETCHING Екатерина 55 мин Зал № 1	20:00 PILATES Инна 55 мин Зал № 1	21:00 ФУТБОЛ Вячеслав 90 мин ШКОЛА 9		20:00 $ ZUMBA Михаил 55 мин Зал № 1	
20:00 $ ВНУТРЕННИИ СВЕТ Мария 55 мин /Предварительная запись/		21:00 БАСКЕТБОЛ Вячеслав 90 мин Метеор				
21:00 КУРС/МЕСЯЦ $ ШПАГАТ Влада ИДЁТ НАБОР		21:00 КУРС/МЕСЯЦ $ ШПАГАТ Влада ИДЁТ НАБОР		21:00 КУРС/МЕСЯЦ $ ШПАГАТ Влада ИДЁТ НАБОР		