



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 4 сентября 2023 г.

Понедельник 4 сентября		Вторник 5 сентября		Среда 6 сентября		Четверг 7 сентября		Пятница 8 сентября		Суббота 9 сентября		Воскресенье 10 сентября	
10:00	FITBALL Елена	10:00	AQUA FIT Ирина	10:00	PUMP Мария К	10:00	INTRO Ирина	10:00	INTERVAL TRAINING Екатерина	10:00	AQUA FIT Ирина	10:00	\$ BOXING KIDS Вячеслав
55 мин	Зал № 1	45 мин	Бассейн	55 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	45 мин	Бассейн	55 мин (4-7 лет)	Зал № 1
11:00	STRETCHING Елена	10:00	STRONG BODY Екатерина	11:00	\$ TRX Мария К	10:00	INTERVAL STEP Мария Ф	11:00	PILATES Инна	10:00	\$ BOXING KIDS Вячеслав	11:00	\$ YOGA THERAPY Анна
55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин / Предварительная запись/Зал №1		55 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 1	55 мин (4-7 лет)	Зал № 2	55 мин	Зал № 2
		11:00	STRETCHING Екатерина	11:00	FITNESSYOGA Екатерина С	11:00	STRETCHING Мария Ф			11:00	STRONG BODY Татьяна	11:00	FUNCTIONAL TRAINING Елена
		55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 2			55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1
		12:00	YOGA Ольга	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ Екатерина С		12:00	YOGA Ольга			12:00	STRETCHING Татьяна	12:00	STRETCHING Елена
		90 мин	Зал № 2	55 мин /Предварительная запись/		90 мин	Зал № 2			55 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 1
										12:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария		
										55 мин.	Зал № 1		
13:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	13:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	13:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	13:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	13:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	13:00	\$ FITNESSYOGA Екатерина С		
45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	55 мин	/Предварительная запись/		
14:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	14:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	14:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	14:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	14:10	ОФП-ДЕТИ Мария К	14:00	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ Екатерина С		
45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 2	45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	45 мин	Зал № 1	55 мин	/Предварительная запись/		
		14:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария			14:00	PILATES Инна						
		55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 2						
		16:30	\$ FIT JUNIOR Вероника	17:00	\$ DANCE LIVE Владислава	16:30	\$ FIT JUNIOR Вероника	17:00	\$ DANCE LIVE Владислава	17:00	\$ FIT SWIM Вероника		
		55 мин	Тренажерный Зал	55 мин 5-8 лет	Зал № 2	55 мин	Тренажерный Зал	55 мин 5-8 лет	Зал № 2	45 мин	Бассейн		
17:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав	17:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав	17:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав	17:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав	17:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав			18:15	NEW \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА Наталья
55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1			55 мин	/Предварительная запись/
18:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав			18:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав			18:00	\$ BOXING JUNIOR Вячеслав	20:00	\$ ZUMBA Михаил		
55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1		
18:00	AEROBIC DANCE Мария			18:00	YOGA THERAPY Анна	18:00	FUNCTIONAL TRAINING Екатерина						
55 мин	Зал № 1			55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1						
19:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария	18:00	PUMP Светлана	19:00	INTERVAL STEP Мария Ф	19:00	FITBALL Елена	18:00	PUMP Мария К	Уважаемые клиенты! Если вы желаете достичь максимального результата в кратчайшие сроки- тренеры групповых программ готовы предложить вам персональный тренинг и занятия в мини группах по всем направлениям фитнеса. Мы ждем вас на наших занятиях.			
55 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 1				
19:00	INTERVAL TRAINING Мария Ф	19:00	\$ TRX Мария К	19:00	АЗБУКА ВОСТОКА Наталья	19:00	STRETCHING Екатерина	19:00	ZUMBA Михаил				
55 мин	Зал № 1	55 мин / Предварительная запись/		55 мин		55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1				
19:00	INTRO Ирина	19:00	ZUMBA Михаил	19:00	AQUA FIT Ирина	20:00	YOGA Ольга	19:00	\$ TRX Мария К				
45 мин	Бассейн	55 мин	Зал № 1	45 мин	Бассейн	90 мин	Зал № 2	55 мин / Предварительная запись/Зал №2					
20:00	BOXING Алексей	20:00	YOGA Ольга	20:00	PILATES Инна	20:00	BOXING Алексей	20:00	PILATES 50+ Мария				
90 мин.	Зал № 1	90 мин	Зал № 2	55 мин	Зал № 1	90 мин.	Зал № 1	56 мин	Зал № 1				
20:00	\$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ Мария			21:00	БАСКЕТБОЛ Вячеслав	21:00	ФУТБОЛ Вячеслав						
55 мин	/Предварительная запись/			90 мин	Метеор	90 мин	ШКОЛА 9						
21:00	КУРС/МЕСЯЦ \$ ШПАГАТ ИДЁТ НАБОР Влада			21:00	КУРС/МЕСЯЦ \$ ШПАГАТ ИДЁТ НАБОР Влада			21:00	КУРС/МЕСЯЦ \$ ШПАГАТ ИДЁТ НАБОР Влада				

