



Действительно с 2 октября 2023 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 2 октября	Вторник 3 октября	Среда 4 октября	Четверг 5 октября	Пятница 6 октября	Суббота 7 октября	Воскресенье 8 октября
9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал Елена	9:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1 Ирина	9:00 BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1 Мария К	9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал Ирина	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1 Ирина	10:00 AQUA FIT Ирина Бассейн Вячеслав	10:00 \$ BOXING KIDS Вячеслав Зал № 1 Елена
10:00 FITBALL Зал № 1 Елена	10:00 AQUA FIT Бассейн Екатерина	10:00 PUMP Зал № 1 Мария К	10:00 INTRO Бассейн Мария Ф	11:00 PILATES Зал № 1 Ирина	10:00 \$ BOXING KIDS Зал № 2 Татьяна Т	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1 Анна
11:00 STRETCHING Зал № 1 Анна	10:00 STRONG BODY Зал № 1 Екатерина	11:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №1 Екатерина С	10:00 INTERVAL STEP Зал № 1 Ирина		11:00 STRONG BODY Зал № 1 Екатерина С	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1 Анна
12:00 YOGA THERAPY Зал № 1	11:00 STRETCHING Зал № 1 Ирина	12:00 \$ FITNESS YOGA 55 мин /Предварительная запись/ Зал № 2 Мария К	11:00 STRETCHING Зал № 1 Ирина		12:00 AEROBIC DANCE Зал № 1 Татьяна Т	12:00 \$ YOGA THERAPY Зал № 2 Елена
12:00 YOGA Зал № 2	12:00 YOGA Зал № 2	12:00 \$ FITNESS YOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/ Зал № 2 Мария К	12:00 YOGA Зал № 2		12:00 STRETCHING Зал № 2 Мария Ш	12:00 STRETCHING Зал № 2 Елена
		12:55 ОФП-ДЕТИ Зал № 1 Мария К		12:55 ОФП-ДЕТИ Зал № 1 Мария К	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1 Екатерина С	
	14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1 Мария К	14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1 Мария К	14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1 Мария К	14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1 Мария К	13:00 \$ FITNESS YOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/ Зал № 2 Мария Ш	
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2 Мария Ш		14:00 PILATES Зал № 2 Ирина			
					16:00 \$ FIT SWIM Вероника Тренажерный Зал	
17:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	17:00 \$ DANCE LIVE Владислава Зал № 2 Вячеслав	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	17:00 \$ DANCE LIVE Владислава Зал № 2 Вячеслав	17:00 \$ FIT SWIM Мария Бассейн	
18:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	17:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	17:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	17:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	17:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	18:15 \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья /Предварительная запись/	
18:00 AEROBIC DANCE Зал № 1 Мария Ш		18:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав		18:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 Вячеслав	20:00 \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2 Мария Ш		18:00 YOGA THERAPY Анна Зал № 1	18:00 FUNCTIONAL TRAINING Светлана Т Зал № 1	18:00 PUMP Светлана Т Зал № 1		
19:00 INTERVAL TRAINING Зал № 1 Мария Ф	18:00 PUMP Светлана Т Зал № 1	19:00 INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1	19:00 ВЕЧЕРНИЙ КРОСС Татьяна Т Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1	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.	
19:00 INTRO Ирина Бассейн	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/ Зал № 1 Мария К	19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1	19:00 FITBALL Елена Зал № 2	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К		
20:00 BOXING Зал № 1 Алексей	19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1	19:00 AQUA FIT Ирина Бассейн	19:00 STRETCHING Светлана Т Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Зал № 1 Мария		
20:00 \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ 55 мин /Предварительная запись/ Зал № 1 Сергей	20:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	20:00 STRETCHING Екатерина Зал № 1	20:00 BOXING Алексей Зал № 1	21:00 \$ ДАЁШЬ МОЛОДЁЖЬ СТУДЕНДЫ ИДЁТ НАБОР Сергей		
21:00 \$ ДАЁШЬ МОЛОДЁЖЬ СТУДЕНДЫ ИДЁТ НАБОР Влада	20:00 YOGA Ольга Зал № 2	21:00 КУРС/МЕСЯЦ \$ ШПАГАТ ИДЁТ НАБОР Влада	20:30 БАСКЕТБОЛ Вячеслав ШКОЛА 12	21:00 ФУТБОЛ ШКОЛА 9 Влада		

