

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 11 декабря 2023 г.

Понедельник 11 декабря	Вторник 12 декабря	Среда 13 декабря	Четверг 14 декабря	Пятница 15 декабря	Суббота 16 декабря	Воскресенье 17 декабря
9:00 \$ CROSSFIT NEW Нволян С Тренажерный Зал	9:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1	9:00 BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1	9:00 \$ CROSSFIT NEW Нволян С Тренажерный Зал	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	10:00 AQUA FIT Ирина Бассейн	10:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1
10:00 FITBALL Елена Зал № 1	10:00 AQUA FIT Ирина Бассейн	10:00 PUMP Мария К Зал № 1	10:00 INTRO Ирина Бассейн	11:00 PILATES Ирина Зал № 1	10:00 \$ BOXING KIDS Вечеслав Зал № 2 (4-7 лет)	11:00 \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2
11:00 STRETCHING Елена Зал № 1	10:00 STRONG BODY Екатерина Зал № 1	11:00 \$ TRX Мария К Зал № 1	10:00 INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1		11:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Екатерина Зал № 1
12:00 YOGA THERAPY Анна Зал № 1	11:00 STRETCHING Екатерина Зал № 1	11:00 FITNESSYOGA Екатерина С Зал № 2	11:00 STRETCHING Мария Ф Зал № 2		12:00 AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1	12:00 \$ YOGA THERAPY Анна Зал № 2
	12:00 YOGA Ирина Зал № 1	12:00 \$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ Екатерина С Зал № 2 /Предварительная запись/	12:00 YOGA Ирина Зал № 1		12:00 STRETCHING Татьяна Т Зал № 2	12:00 STRETCHING Екатерина Зал № 1
		12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1		12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1	
	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1		
		15:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1				
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1	13:30 PILATES Ирина Зал № 1			
		17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 2			16:00 \$ FIT SWIM Вероника Тренажерный Зал	
17:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	17:00 \$ FIT SWIM Мария Бассейн	
18:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1		18:15 \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья Зал № 1 /Предварительная запись/
		18:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1		18:00 \$ BOXING JUNIOR Вечеслав Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	
18:00 AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1			18:00 CIRCLE FT Светлана Т Зал № 1			
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 2	18:00 PUMP Светлана Т Зал № 1	18:00 YOGA THERAPY Анна Зал № 1	19:00 ВЕЧЕРНИЙ КРОСС Татьяна Т Зал № 1	18:00 PUMP Светлана Т 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 INTERVAL TRAINING Мария Ф Зал № 1	\$ TRX 55 мин / Предварительная запись/	19:00 INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1	19:00 FITBALL Елена Зал № 2	19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1		
19:00 INTRO Ирина Бассейн	19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1	19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2	19:00 STRETCHING Светлана Т Зал № 1	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №2		
20:00 BOXING Алексей Зал № 1	20:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	19:00 AQUA FIT Ирина Бассейн	20:00 BOXING Алексей Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Мария Зал № 1		
20:00 \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ 55 мин /Предварительная запись/	20:00 YOGA Ольга Зал № 2	20:00 PILATES Ирина Зал № 1	20:00 YOGA Ольга Зал № 2			
21:00 \$ ДАЁШЬ МОЛОДЁЖЬ СТУДЕНДЫ ИДЕТ НАБОР		20:00 ТАНЕЦ ЖИЗНИ NEW Рина Зал № 2	20:30 БАСКЕТБОЛ Вечеслав ШКОЛА 12	21:00 \$ ДАЁШЬ МОЛОДЁЖЬ СТУДЕНДЫ ИДЕТ НАБОР		