



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 12 февраля 2024 г.

Понедельник 12 февраля		Вторник 13 февраля		Среда 14 февраля		Четверг 15 февраля		Пятница 16 февраля		Суббота 17 февраля		Воскресенье 18 февраля	
9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал	Елена	9:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1	Ирина	10:00 PUMP Мария К Зал № 1	Ирина	9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал	Ирина	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	Ирина	10:00 AQUA FIT Ирина Бассейн	Ирина	9:15 \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2	Вячеслав
10:00 FITBALL Зал № 1	Елена	10:00 AQUA FIT Бассейн	Екатерина	11:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №1	Екатерина С	10:00 INTRO Бассейн	Мария Ф	11:00 PILATES Зал № 1	Ирина	10:00 \$ BOXING KIDS Зал № 2 (4-7 лет)	Зал № 2	55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Елена
11:00 STRETCHING Зал № 1	Елена	10:00 STRONG BODY Зал № 1	Екатерина	11:00 FITNESSYOGA Зал № 2	Екатерина С	10:00 INTERVAL STEP Зал № 1	Мария Ф	11:00 STRETCHING Зал № 1	Ирина	11:00 STRONG BODY Зал № 1	Татьяна Т	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1	Елена
12:00 YOGA THERAPY Зал № 1	Анна	11:00 STRETCHING Зал № 1	Екатерина	\$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/	Екатерина С	11:00 STRETCHING Зал № 2	Мария Ф	12:00 STRETCHING Зал № 2	Ирина	12:00 STRETCHING Зал № 2	Татьяна Т	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1	Елена
		12:00 YOGA Зал № 1	Ирина			12:00 YOGA Зал № 1	Ирина	12:00 AEROBIC DANCE Зал № 1	Ирина	12:00 AEROBIC DANCE Зал № 1	Мария Ш	11:00 \$ ВЕЙГА Зал № 2	Ольга
		12:55 ОФП-ДЕТИ Зал № 2	Мария К	12:55 ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К			12:55 ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш	12:00 STRETCHING Зал № 1	Елена
				14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	14:00 ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К			12:30 \$ YOGA THERAPY Зал № 2	Анна
				15:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К			15:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К			13:00 ТАЙСКИЙ БОКС Зал № 1	Александр
		14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К	13:30 PILATES Зал № 2	Ирина			16:00 \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Вероника		
		55 мин	Зал № 1	17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 2	Мария К					55 мин	Тренажерный Зал		
17:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав	16:30 \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	16:30 \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	16:30 \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	16:30 \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	17:00 \$ FIT SWIM Бассейн	Мария	18:15 \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА /Предварительная запись/	Наталья
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				
55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	18:00 \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав	55 мин	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Зал № 1	Михаил		
								55 мин	Зал № 1				
18:00 AEROBIC DANCE Зал № 1	Мария Ш									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 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2	Мария Ш			18:00 YOGA THERAPY Зал № 1	Анна	18:00 CIRCLE FT Зал № 1	Светлана Т						
55 мин INTERVAL TRAINING Зал № 1	Мария Ф	19:00 ZUMBA Зал № 1	Михаил	19:00 INTERVAL STEP Зал № 1	Мария Ф	19:00 FITBALL Зал № 2	Елена	18:00 PUMP Зал №1	Светлана Т				
55 мин INTRO Бассейн	Ирина	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №2	Мария К	19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	Наталья	19:00 STRETCHING Зал № 1	Светлана Т	19:00 ZUMBA Зал № 1	Михаил				
20:00 BOXING Зал № 1	Алексей	20:00 STRONG BODY Зал № 1	Татьяна Т	19:00 AQUA FIT Зал № 2	Ирина	20:00 BOXING Зал № 1	Алексей	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №2	Мария К				
90 мин.	Зал № 1	55 мин	Зал № 1	45 мин	Бассейн	90 мин.	Зал № 1						
20:00 \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ 55 мин /Предварительная запись/	Мария	20:00 YOGA Зал № 2	Ольга	20:00 PILATES Зал № 1	Ирина	20:00 YOGA Зал № 2	Ольга	20:00 PILATES 50+ Зал № 1	Мария				
		21:00 ТАЙСКИЙ БОКС Зал № 1	Александр			20:30 БАСКЕТБОЛ ШКОЛА 12	Вячеслав						
		90 мин	Зал № 1			90 мин	Зал № 1						

