



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 19 февраля 2024 г.

Понедельник 19 февраля	Вторник 20 февраля	Среда 21 февраля	Четверг 22 февраля	Пятница 23 февраля	Суббота 24 февраля	Воскресенье 25 февраля
9:00 55 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал Елена	9:00 55 мин АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1	10:00 55 мин PUMP Мария К Зал № 1	9:00 55 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал Ирина	10:00 55 мин INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	10:00 45 мин AQUA FIT Ирина Бассейн	9:15 55 мин \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2
10:00 55 мин FITBALL Зал № 1	10:00 45 мин AQUA FIT Ирина Бассейн	11:00 55 мин / Предварительная запись/Зал №1 \$ TRX Мария К	10:00 45 мин INTRO Ирина Бассейн	11:00 55 мин PILATES Ирина Зал № 1	10:00 55 мин (4-7 лет) \$ BOXING KIDS Вячеслав Зал № 2	10:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1
11:00 55 мин STRETCHING Зал № 1	10:00 55 мин STRONG BODY Екатерина Зал № 1	11:00 55 мин FITNESSYOGA Екатерина С Зал № 2	10:00 55 мин INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1		11:00 55 мин STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	
12:00 55 мин YOGA THERAPY Анна Зал № 1	11:00 55 мин STRETCHING Екатерина Зал № 1	12:00 55 мин \$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ /Предварительная запись/ Екатерина С	11:00 55 мин STRETCHING Мария Ф Зал № 2		12:00 55 мин STRETCHING Татьяна Т Зал № 2	11:00 55 мин FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1
	12:00 90 мин YOGA Ирина Зал № 1		12:00 90 мин YOGA Ирина Зал № 1			11:00 90 мин \$ ВЕЙГА NEW Ольга Зал № 2
	12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 2	12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1		12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1		12:00 55 мин STRETCHING Зал № 1
		14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	ОТКРЫТАЯ ЛЕКЦИЯ "ЗДОРОВЫЕ НОГИ" 14:30 ЗАЛ №1 ЖДЕМ ВСЕХ!	12:30 55 мин \$ YOGA THERAPY NEW Александр Зал № 2
		14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1		13:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1
	14:00 55 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1	16:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1	13:30 55 мин PILATES Ирина Зал № 2			14:00 120 мин \$ ВОЛЕЙБОЛ NEW Дмитрий Фок Баженова 3/5
		17:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 2				
17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	17:00 45 мин \$ FIT SWIM Вероника Тренажерный Зал	
18:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1		
		18:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1		18:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	20:00 55 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	
18:00 55 мин AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1						
19:00 55 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 2		18:00 55 мин YOGA THERAPY Анна Зал № 1	18:00 55 мин CIRCLE FT 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 55 мин INTERVAL TRAINING Мария Ф Зал № 1	19:00 55 мин ZUMBA Михаил Зал № 1	19:00 55 мин INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1	19:00 55 мин FITBALL Елена Зал № 2	18:00 55 мин PUMP Светлана Т Зал №1		
19:00 45 мин INTRO Ирина Бассейн	19:00 55 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX Мария К	19:00 55 мин АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1	19:00 55 мин STRETCHING Светлана Т Зал № 1	19:00 55 мин ZUMBA Михаил Зал № 1		
20:00 90 мин. BOXING Алексей Зал № 1	20:00 55 мин STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	19:00 45 мин AQUA FIT Ирина Бассейн	20:00 90 мин. BOXING Алексей Зал № 1	19:00 55 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX Мария К		
20:00 55 мин \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ /Предварительная запись/ Мария	20:00 90 мин YOGA Ольга Зал № 2	20:00 55 мин PILATES Ирина Зал № 1	20:00 90 мин YOGA Ирина Зал № 2	20:00 56 мин STRETCHING Мария К Зал № 1		
	21:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1		20:30 90 мин БАСКЕТБОЛ Вячеслав ШКОЛА 12			