



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 26 февраля 2024 г.

Понедельник 26 февраля	Вторник 27 февраля	Среда 28 февраля	Четверг 29 февраля	Пятница 1 марта	Суббота 2 марта	Воскресенье 3 марта
9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал 55 мин	9:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1 55 мин	9:00 BODY&MIND Татьяна Т Зал № 1 55 мин	9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал 55 мин	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1 55 мин	10:00 AQUA FIT Ирина Бассейн 45 мин	9:15 \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2 55 мин
10:00 FITBALL Елена Зал № 1 55 мин	10:00 AQUA FIT Ирина Бассейн 45 мин	10:00 PUMP Мария К Зал № 1 55 мин	10:00 INTRO Ирина Бассейн 45 мин	11:00 PILATES Инна Зал № 1 55 мин	10:00 \$ BOXING KIDS Вячеслав Зал № 2 (4-7 лет) 55 мин	10:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин
11:00 STRETCHING Елена Зал № 1 55 мин	10:00 STRONG BODY Екатерина Зал № 1 55 мин	11:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №1 Мария К Екатерина С 55 мин	10:00 INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1 55 мин		11:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1 55 мин	
12:00 YOGA THERAPY Анна Зал № 1 55 мин	11:00 STRETCHING Екатерина Зал № 1 55 мин	11:00 FITNESSYOGA Екатерина С Зал № 2 55 мин	11:00 STRETCHING Мария Ф Зал № 2 55 мин		12:00 STRETCHING Татьяна Т Зал № 2 55 мин	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1 55 мин
	12:00 YOGA Ирина Зал № 1 90 мин	12:00 \$ FITNESSYOGA в ГАМАКАХ 55 мин /Предварительная запись/ Екатерина С Мария К 12:55	12:00 YOGA Ирина Зал № 1 90 мин		12:00 AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1 55 мин	11:00 \$ ВЕЙГА NEW Ольга Зал № 2 90 мин
	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 2 45 мин	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1 45 мин		12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1 45 мин	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1 55 мин	12:00 STRETCHING Анна Зал № 1 55 мин
		14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1 45 мин	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1 45 мин	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1 45 мин	СОРЕВНОВАНИЯ ПО АРМРЕСЛИНГУ 11:00 ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ ЖДЕМ ВСЕХ	12:30 \$ YOGA THERAPY NEW Александр Зал № 2 55 мин
		14:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1 45 мин				13:00 ТАЙСКИЙ БОКС Зал № 1 90 мин
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1 55 мин	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1 45 мин	13:30 PILATES Инна Зал № 2 55 мин			14:00 ВОЛЕЙБОЛ NEW Дмитрий ФОК БАЖЕНОВА 4/5 120 мин
		17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 2 45 мин				
17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал 55 мин	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал 55 мин	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал 55 мин	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал 55 мин	17:00 \$ FIT SWIM Мария Бассейн 55 мин	
18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин		
		18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин		18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1 55 мин	20:00 \$ ZUMBA Михаил Зал № 1 55 мин	
18:00 AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1 55 мин						
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 2 55 мин		18:00 YOGA THERAPY Анна Зал № 1 55 мин	18:00 CIRCLE FT Светлана Т Зал № 1 55 мин		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 55 мин	19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1 55 мин	19:00 INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1 55 мин	19:00 FITBALL Елена Зал № 2 55 мин	18:00 PUMP Светлана Т Зал №1 55 мин		
19:00 INTRO Ирина Бассейн 45 мин	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К Татьяна Т 55 мин	19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1 55 мин	19:00 STRETCHING Светлана Т Зал № 1 55 мин	19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1 55 мин		
20:00 BOXING Алексей Зал № 1 90 мин.	20:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1 55 мин	19:00 AQUA FIT Ирина Бассейн 45 мин	20:00 BOXING Алексей Зал № 1 90 мин.	19:00 \$ TRX 55 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К Ольга 20:00		
20:00 \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ 55 мин /Предварительная запись/	20:00 YOGA Ольга Зал № 2 90 мин	20:00 PILATES Ирина Зал № 1 55 мин	20:00 YOGA Ирина Зал № 2 90 мин	20:00 PILATES 50+ Мария Зал № 1 56 мин		
	21:00 ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1 90 мин	20:00 ТАНЕЦ ЖИЗНИ NEW Рина Зал № 2 90 мин	20:30 БАСКЕТБОЛ Вячеслав ШКОЛА 12 90 мин			

