



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 15 апреля 2024 г.

Понедельник 15 апреля	Вторник 16 апреля	Среда 17 апреля	Четверг 18 апреля	Пятница 19 апреля	Суббота 20 апреля	Воскресенье 21 апреля
9:00 55 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал	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	9:00 55 мин BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1	 ПРИГЛАШАЕМ НА ДЕНЬ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ! 	9:15 55 мин \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2
10:00 55 мин FITBALL Елена Зал № 1		11:00 55 мин / Предварительная запись/Зал №1 \$ TRX Мария К		10:00 55 мин INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1		10:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1
11:00 55 мин STRETCHING Елена Зал № 1	10:00 55 мин STRONG BODY Екатерина Зал № 1	11:00 55 мин BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1	10:00 55 мин INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1	11:00 55 мин PILATES Инна Зал № 1		11:00 55 мин FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1
12:00 55 мин YOGA THERAPY Анна Зал № 1	11:00 55 мин STRETCHING Екатерина Зал № 1		11:00 55 мин STRETCHING Мария Ф Зал № 2			11:00 90 мин \$ ВЕЙГА NEW Ольга Зал № 2
	12:00 90 мин YOGA Ирина Зал № 1		12:00 90 мин YOGA Ирина Зал № 1			12:00 55 мин STRETCHING Елена Зал № 1
	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		12:30 55 мин \$ YOGA THERAPY Анна 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 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К Зал № 1				14:00 120 мин ВОЛЕЙБОЛ NEW Дмитрий ФОК БАЖЕНОВА 4/5
	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 Инна Зал № 2			
		17:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 2				
	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	16:00 55 мин \$ FIT SWIM Вероника Тренажерный Зал	
					17:00 45 мин \$ FIT SWIM Мария Бассейн	
18:00 55 мин AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1		18:00 55 мин YOGA THERAPY Анна Зал № 1			20:00 55 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	
19:00 55 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 2		19:00 55 мин INTERVAL STEP Мария Ф 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 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2	19:00 55 мин FITBALL Елена Зал № 2	18:00 55 мин PUMP Светлана Т Зал №1		
20:00 90 мин. BOXING Зал № 1	19:00 55 мин \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья Зал № 2		19:00 55 мин STRETCHING Светлана Т Зал № 1	19:00 55 мин ZUMBA Михаил Зал № 1		
20:00 55 мин. \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ /Предварительная запись/	20:00 55 мин STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	20:00 55 мин PILATES Инна Зал № 1	20:00 90 мин. BOXING Алексей Зал № 1	19:00 55 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX Мария К		
	20:00 90 мин YOGA Зал № 2	20:10 90 мин ТАНЕЦ ЖИЗНИ NEW Рина Зал № 2	20:00 90 мин YOGA Ольга Зал № 2	20:00 56 мин PILATES 50+ Мария Зал № 1		
	21:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1	21:00 55 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	20:30 90 мин БАСКЕТБОЛ Вячеслав ШКОЛА 12			