



Действительно с 6 мая 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 6 мая			Вторник 7 мая			Среда 8 мая			Четверг 9 мая			Пятница 10 мая			Суббота 11 мая			Воскресенье 12 мая		
9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С			9:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья						9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С						10:00 AQUA FIT Ирина			9:15 \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья		
55 мин Тренажерный Зал			55 мин Зал № 1						55 мин Тренажерный Зал						45 мин Бассейн			55 мин Зал № 2		
10:00 FITBALL Елена			10:00 AQUA FIT Ирина			10:00 PUMP Мария К			10:00 INTRO Ирина			10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина			10:00 \$ BOXING KIDS Вячеслав			10:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав		
55 мин Зал № 1			45 мин Бассейн			55 мин Зал № 1			45 мин Бассейн			55 мин Зал № 1			55 мин (4-7 лет) Зал № 2			55 мин Зал № 1		
11:00 STRETCHING Елена			10:00 STRONG BODY Екатерина			11:00 STRETCHING Мария К			10:00 FITBALL Елена			11:00 PILATES Инна			10:00 STRONG BODY Татьяна Т					
55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1					
12:00 YOGA THERAPY Анна			11:00 STRETCHING Екатерина						11:00 STRETCHING Елена						11:00 STRETCHING Татьяна Т			11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена		
55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1						55 мин Зал № 1						55 мин Зал № 2			55 мин Зал № 1		
			12:00 YOGA Ирина						12:00 YOGA Ирина						13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш			11:00 \$ ВЕЙГА NEW Ольга		
			90 мин Зал № 1						90 мин Зал № 1						55 мин. Зал № 1			90 мин Зал № 2		
																		12:00 STRETCHING Елена		
																		55 мин Зал № 1		
																		13:00 ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр		
																		90 мин Зал № 1		
			14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш															14:00 ВОЛЕЙБОЛ NEW Дмитрий		
			55 мин Зал № 1															120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5		
												17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав			16:00 \$ FIT SWIM Вероника					
												55 мин Зал № 1			55 мин Тренажерный Зал					
17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав			16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника			16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника						18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав			17:00 \$ FIT SWIM Мария					
55 мин Зал № 1			55 мин Тренажерный Зал			55 мин Тренажерный Зал						55 мин Зал № 1			45 мин Бассейн					
18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав			17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав			17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав														
55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1														
						18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав														
						55 мин Зал № 1														
19:00 INTRO Ирина						18:00 YOGA THERAPY Анна														
45 мин Бассейн						55 мин Зал № 1														
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш						19:00 INTERVAL STEP Мария Ф														
55 мин Зал № 2						55 мин Зал № 1														
19:00 INTERVAL TRAINING Мария Ф			19:00 ZUMBA Михаил			19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья														
55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 2														
20:00 BOXING Алексей			19:00 \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья			19:00 AQUA FIT Ирина														
90 мин. Зал № 1			55 мин Зал № 2			45 мин Бассейн														
			20:00 STRONG BODY Татьяна Т			20:00 PILATES Инна														
			55 мин Зал № 1			55 мин Зал № 1														
			20:00 YOGA Ольга																	
			90 мин Зал № 2																	
						21:00 \$ ZUMBA Михаил														
						55 мин 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.