



Действительно с 1 июля 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 1 июля		Вторник 2 июля		Среда 3 июля		Четверг 4 июля		Пятница 5 июля		Суббота 6 июля		Воскресенье 7 июля	
9:00 50 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал				10:00 50 мин STRONG BODY Мария К Зал № 1	Мария К	9:00 50 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал				10:00 45 мин AQUA FIT Ирина Бассейн	Ирина	9:15 50 мин \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2	Наталья
10:00 50 мин FITBALL Елена Зал № 1	Елена	10:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина	11:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 \$ TRX Мария К	Мария К	10:00 45 мин INTRO Бассейн	Ирина	10:00 50 мин INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	Екатерина	10:00 50 мин (4-7 лет) \$ BOXING KIDS Вячеслав Зал № 2	Вячеслав	10:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав
11:00 50 мин STRETCHING Елена Зал № 1	Елена	10:00 50 мин STRONG BODY Екатерина Зал № 1	Екатерина	11:00 50 мин BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1	Татьяна Г	10:00 50 мин INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1	Мария Ф	11:00 50 мин PILATES Инна Зал № 1	Инна	10:00 50 мин STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	Татьяна Т	11:00 50 мин FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1	Елена
		11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Екатерина			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 2	Мария Ф			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Татьяна Т	11:00 90 мин \$ ВЕЙГА NEW Ольга Зал № 2	Ольга
		12:00 90 мин YOGA Зал № 1	Ирина			12:00 90 мин YOGA Зал № 1	Ирина			13:00 50 мин \$ YOGA THERAPY Зал № 2	Анна	12:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Елена
		10:00-00-11 50 мин \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Вероника			10:00-00-11 50 мин \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Вероника			13:00 50 мин. ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш	13:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1	Александр
		11:00-00-12 50 мин \$ FIT SWIM Басссейн	Мария			11:00-00-12 50 мин \$ FIT SWIM Басссейн	Мария						
		14:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш			13:30 50 мин PILATES Зал № 2	Инна						
17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав				
										20:00 50 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	Михаил		
18:00 50 мин AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1	Мария Ш			18:00 50 мин YOGA THERAPY Зал № 1	Анна								
19:00 45 мин INTRO Бассейн	Ирина	19:00 50 мин ZUMBA Михаил Зал № 1	Михаил	19:00 50 мин INTERVAL STEP Зал № 1	Мария Ф	18:00 50 мин CIRCLE FT Зал № 1	Светлана Т						
19:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш	Мария Ш	19:00 50 мин \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья Зал № 2	Наталья	19:00 50 мин АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	Наталья	19:00 50 мин FITBALL Зал № 1	Елена	18:00 50 мин PUMP Зал№1	Светлана Т	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 50 мин INTERVAL TRAINING Мария Ф	Мария Ф	20:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Татьяна Т	19:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина	19:00 50 мин STRETCHING Зал № 2	Светлана Т	19:00 50 мин ZUMBA Зал № 1	Михаил				
		20:00 90 мин YOGA Зал № 2	Ольга	20:00 55 мин PILATES Зал № 1	Инна	20:00 90 мин. BOXING Зал № 1	Алексей	19:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX Мария К	Мария К				
		20:30 90 мин БАСКЕТБОЛ МЕТЕОР	Вячеслав			20:00 90 мин YOGA Зал № 2	Ольга	20:00 50 мин PILATES 50+ Зал № 1	Мария				
		21:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1	Александр	21:00 50 мин \$ ZUMBA Зал № 1	Михаил								



