



Действительно с 24 июня 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 24 июня		Вторник 25 июня		Среда 26 июня		Четверг 27 июня		Пятница 28 июня		Суббота 29 июня		Воскресенье 30 июня	
9:00 50 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал	Елена			10:00 50 мин STRONG BODY Мария К Зал № 1	Мария К Зал № 1	9:00 50 мин \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал	Ирина					9:15 50 мин \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2	Наталья Зал № 2
10:00 50 мин FITBALL Елена Зал № 1	Елена	10:00 45 мин AQUA FIT Бассейн Екатерина	Ирина Бассейн Екатерина	11:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 \$ TRX Мария К Татьяна Г Зал № 1	Мария К Татьяна Г Зал № 1	10:00 45 мин INTRO Бассейн Мария Ф Зал № 1	Ирина Бассейн Мария Ф Зал № 1	10:00 50 мин INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	Екатерина Зал № 1	10:00 50 мин (4-7 лет) \$ BOXING KIDS Вячеслав Зал № 2	Вячеслав Зал № 2	10:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав Зал № 1
11:00 50 мин STRETCHING Елена Зал № 1	Елена Зал № 1	10:00 50 мин STRONG BODY Бассейн Екатерина	Ирина Бассейн Екатерина	11:00 50 мин BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1	Татьяна Г Зал № 1	10:00 50 мин INTERVAL STEP Мария Ф Зал № 1	Ирина Бассейн Мария Ф Зал № 1	11:00 50 мин PILATES Ирина Зал № 1	Ирина Зал № 1	10:00 50 мин STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	Татьяна Т Зал № 1		
		11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Екатерина Зал № 1			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 2	Мария Ф Зал № 2			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 2	Татьяна Т Зал № 2	11:00 90 мин \$ ВЕЙГА NEW Ольга Зал № 2	NEW Ольга Зал № 2
		12:00 90 мин YOGA Зал № 1	Ирина Зал № 1			12:00 90 мин YOGA Зал № 1	Ирина Зал № 1			13:00 50 мин \$ YOGA THERAPY Зал № 2	Анна Зал № 2		
		10:00-00-11 50 мин \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Вероника Тренажерный Зал			10:00-00-11 50 мин \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Вероника Тренажерный Зал			13:00 50 мин. ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш Зал № 1	13:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1	NEW Александр Зал № 1
		11:00-00-12 50 мин \$ FIT SWIM Бассейн	Мария Бассейн			11:00-00-12 50 мин \$ FIT SWIM Бассейн	Мария Бассейн						
		14:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш Зал № 1			13:30 50 мин PILATES Зал № 2	Ирина Зал № 2						
17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав Зал № 1	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав Зал № 1	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав Зал № 1	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав Зал № 1	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	Вячеслав Зал № 1				
										20:00 50 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	Михаил Зал № 1		
18:00 50 мин AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1	Мария Ш Зал № 1			18:00 50 мин YOGA THERAPY Зал № 1	Анна Зал № 1								
19:00 45 мин INTRO Бассейн	Ирина Бассейн			19:00 50 мин INTERVAL STEP Зал № 1	Мария Ф Зал № 1	18:00 50 мин CIRCLE FT Зал № 1	Светлана Т Зал № 1						
19:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 2	Мария Ш Зал № 2	19:00 50 мин \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья Зал № 2	Наталья Зал № 2	19:00 50 мин АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	Наталья Зал № 2	19:00 50 мин FITBALL Зал № 1	Елена Зал № 1	18:00 50 мин PUMP Зал № 1	Светлана Т Зал № 1				
19:00 50 мин INTERVAL TRAINING Мария Ф Зал № 1	Мария Ф Зал № 1	20:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Татьяна Т Зал № 1	19:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина Бассейн	19:00 50 мин STRETCHING Зал № 2	Светлана Т Зал № 2						
		20:00 90 мин YOGA Зал № 2	Ирина Зал № 2	20:00 55 мин PILATES Зал № 1	Ирина Зал № 1	20:00 90 мин. BOXING Зал № 1	Алексей Зал № 1	19:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX Мария К Зал № 2	Мария К Зал № 2				
		20:30 90 мин БАСКЕТБОЛ МЕТЕОР	Вячеслав Зал № 2			20:00 90 мин YOGA Зал № 2	Ольга Зал № 2	20:00 50 мин PILATES 50+ Зал № 1	Мария Зал № 1				
		21:00 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС NEW Александр Зал № 1	Александр Зал № 1	21:00 50 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	Михаил 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.

