



Действительно с 26 августа 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 26 августа		Вторник 27 августа		Среда 28 августа		Четверг 29 августа		Пятница 30 августа		Суббота 31 августа		Воскресенье 1 сентября	
9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал				10:00 STRONG BODY Мария К Зал № 1		9:00 \$ CROSSFIT NEW Нурлан С Тренажерный Зал				10:00 AQUA FIT Ирина Басссейн	9:15 \$ АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 2		
10:00 FITBALL Зал № 1 Елена	10:00 AQUA FIT Ирина Басссейн	11:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 Мария К		10:00 INTRO Ирина Бассейн		10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1		45 мин \$ BOXING KIDS 50 мин (4-7 лет) Зал № 2	10:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1	10:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1		
11:00 STRETCHING Зал № 1	10:00 STRONG BODY Екатерина Зал № 1	11:00 BODY&MIND Татьяна Г Зал № 1		10:00 STEP+ABS NEW Мария К Зал № 1		11:00 PILATES Инна Зал № 1		10:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	11:00 STRETCHING Татьяна Т Зал № 1	12:00 STRETCHING Зал № 1	12:00 STRETCHING Елена Зал № 1		
	11:00 STRETCHING Екатерина Зал № 1			11:00 STRETCHING Мария К Зал № 1				11:00 STRETCHING Татьяна Т Зал № 1	12:00 STRETCHING Зал № 1				
	12:00 YOGA Ирина Зал № 1			12:00 YOGA Ирина Зал № 1				13:00 \$ YOGA THERAPY Зал № 2					
	10:00:00-11 \$ FIT SWIM Тренажерный Зал Вероника			10:00:00-11 \$ FIT SWIM Тренажерный Зал Вероника				13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1 Мария Ш					
	11:00:00-12 \$ FIT SWIM Мария Басссейн			11:00:00-12 \$ FIT SWIM Мария Басссейн									
	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1			13:30 PILATES Инна Зал № 2									
17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1		17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1		17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1		17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1		20:00 \$ ZUMBA Михаил Зал № 1					
18:00 AEROBIC DANCE Мария Ш Зал № 1													
19:00 INTRO Ирина Бассейн	19:00 ZUMBA УЛИЦА NEW Наталья \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА Зал № 2	19:00 STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1		18:00 CIRCLE FT Светлана Т Зал № 1		18:00 FITBALL Елена Зал № 1		19:00 PUMP 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 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2 Елена	19:00 \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА Зал № 2	19:00 АЗБУКА ВОСТОКА Наталья Зал № 1		19:00 FITBALL Елена Зал № 1		19:00 STRETCHING Светлана Т Зал № 2		19:00 ZUMBA Михаил Зал № 1					
19:00 INTERVAL TRAINING Елена Зал № 1	20:00 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	19:00 AQUA FIT Ирина Бассейн		19:00 STRETCHING Светлана Т Зал № 2		19:00 BOXING Алексей Зал № 1		19:00 \$ TRX Мария К Зал № 1					
	20:00 YOGA Ирина Зал № 2	20:00 PILATES Инна Зал № 1		20:00 BOXING Алексей Зал № 1		20:00 YOGA Ольга Зал № 2		20:00 \$ TRX Мария К Зал № 1					
	20:30 БАСКЕТБОЛ Вячеслав Зал № 1			20:00 YOGA Ольга Зал № 2		20:00 PILATES 50+ Мария Зал № 1							
	90 мин МЕТЕОР			90 мин Зал № 2									
				21:00 \$ ZUMBA Михаил Зал № 1									



