



Действительно с 29 июля 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 5 августа		Вторник 6 августа		Среда 7 августа		Четверг 8 августа		Пятница 9 августа		Суббота 10 августа		Воскресенье 11 августа	
9:00 50 мин \$ CROSSFIT Тренажерный Зал	NEW Нурлан С			10:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Мария К	9:00 50 мин \$ CROSSFIT Тренажерный Зал	NEW Нурлан С			10:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина	9:15 50 мин \$ АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	Наталья
10:00 50 мин FITBALL Зал № 1	Елена			11:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 \$ TRX	Мария К			10:00 50 мин INTERVAL TRAINING Зал № 1	Екатерина Инна				
11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Елена	10:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Екатерина	11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Мария К	10:00 50 мин STEP+ABS Зал № 1	NEW Мария К	11:00 50 мин PILATES Зал № 1	Инна	10:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Татьяна Т	11:00 50 мин FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1	Елена
		11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Екатерина			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Мария К			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Татьяна Т	11:00 90 мин \$ ХАТХА ЙОГА Зал № 2	NEW 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 90 мин ТАЙСКИЙ БОКС Зал № 1	NEW Александр
		11:00:00-12 50 мин \$ FIT SWIM Бассейн	Мария			11:00:00-12 50 мин \$ FIT SWIM Бассейн	Мария						
		14:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш			13:30 50 мин PILATES Зал № 2	Инна						
18:00 50 мин AEROBIC DANCE 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 УЛИЦА \$ ЛЕГКАЯ ПОХОДКА NEW Наталья	Михаил	19:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Татьяна Т	18:00 50 мин КАЛАНЕТИКА Зал № 1	NEW Мария Ш			18:00 50 мин PUMP Зал №1	Мария К		
19:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2	Мария Ш			19:00 50 мин АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	Наталья	19:00 50 мин FITBALL Зал № 1	Елена						
19:00 50 мин INTERVAL TRAINING Зал № 1	Елена	20:00 50 мин STEP+ABS Зал № 1	NEW Мария К	20:00 55 мин PILATES Зал № 1	Инна	19:00 50 мин МФР Зал № 2	NEW Мария Ш			19:00 50 мин ZUMBA Зал № 1	Михаил		
		20:00 90 мин YOGA Зал № 2	Ольга			20:00 90 мин. BOXING Зал № 1	Алексей			19:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX	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 Зал № 1	NEW Александр	21:00 50 мин \$ ZUMBA Зал № 1	Михаил								

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.

