



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 21 октября 2024 г.

Понедельник 21 октября		Вторник 22 октября		Среда 23 октября		Четверг 24 октября		Пятница 25 октября		Суббота 26 октября		Воскресенье 27 октября	
9:00 50 мин \$ CROSSFIT Тренажерный Зал	Нурлан С	10:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина	10:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Мария К	9:00 50 мин \$ CROSSFIT Тренажерный Зал	Нурлан С	9:00 50 мин BODY&MIND Зал № 1	Татьяна Г	10:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина	9:15 50 мин \$ АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 2	Наталья
		10:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Екатерина	11:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 \$ TRX Татьяна Г	Мария К	10:00 45 мин INTRO Бассейн	Ирина	10:00 50 мин INTERVAL TRAINING Зал № 1	Екатерина	10:00 50 мин (4-7 лет) \$ BOXING KIDS Зал № 1	Вячеслав	10:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав
10:00 50 мин FITBALL Зал № 1	Елена	11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Екатерина	11:00 50 мин BODY&MIND Зал № 1	Ирина	10:00 50 мин STEP+ABS Зал № 1	Бассейн	10:00 50 мин PILATES Зал № 1	Ирина	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	Анна	12:00 90 мин YOGA Зал № 1	Ирина			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Мария К			11:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Татьяна Т	11:00 120 мин ВОЛЕЙБОЛ NEW Дмитрий ФОК БАЖЕНОВА 4/5	Елена
12:00 50 мин YOGA THERAPY Зал № 1				12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	12:00 90 мин YOGA Зал № 1	Ирина			12:00 50 мин AEROBIC DANCE Зал № 1	Мария Ш	12:00 50 мин STRETCHING Зал № 1	Елена
		12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 2	Мария К	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 2	Мария К	12:55 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	13:00 50 мин \$ YOGA THERAPY Зал № 2	Анна		
		14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 2	Мария К	15:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1	Мария К	13:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш		
		14:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1	Мария Ш	16:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К	13:30 50 мин PILATES Зал № 2	Ирина						
		15:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К	17:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 2	Мария К								
		16:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 1	Мария К	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника					16:00 55 мин \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Вероника		
		17:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Зал № 2	Мария К	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав			16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	17:00 45 мин \$ FIT SWIM Тренажерный Зал	Мария	18:00 19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	18:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 2	Вячеслав	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал	Вероника	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав			19:00 19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
18:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 2	Вячеслав	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав			17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 1	Вячеслав	18:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Зал № 2	Вячеслав	20:00 50 мин \$ ZUMBA Зал № 1	Михаил	NEW Наталья	
18:00 50 мин AEROBIC DANCE Зал № 1	Мария Ш			18:00 50 мин PILATES Зал № 1	Ирина								
19:00 45 мин INTRO Бассейн	Ирина	18:30 19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	Татьяна Т	19:00 50 мин STRONG BODY Зал № 1	Наталья					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 ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2	Мария Ш	19:00 50 мин ZUMBA Зал № 1	Михаил	19:00 50 мин АЗБУКА ВОСТОКА Зал № 1	Наталья	19:00 50 мин CIRCLE FT Зал № 1	Светлана Т	18:00 50 мин PUMP Зал № 1	Светлана Т				
19:00 50 мин INTERVAL TRAINING Зал № 1	Елена	19:00 45 мин АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	Ирина	19:00 45 мин AQUA FIT Бассейн	Ирина	19:00 50 мин FITBALL Зал № 2	Елена	19:00 50 мин ZUMBA Зал № 1	Михаил				
20:00 90 мин. BOXING Зал № 1	Алексей	20:00 50 мин STEP+ABS Зал № 1	Мария К	20:00 55 мин BALLET THERAPY Зал № 1	NEW София	20:00 50 мин STRETCHING+МФР Зал № 2	Светлана Т	19:00 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 \$ TRX Алексей	Мария К				
20:00 55 мин \$ ВНУТРЕННИЙ СВЕТ /Предварительная запись/	Мария	20:00 90 мин BALLET THERAPY+STRETCH Зал № 2	NEW София	20:00 50 мин YOGA THERAPY Зал № 1	Анна	20:00 90 мин. BOXING Зал № 1	Анна	20:00 50 мин PILATES 50+ Зал № 1	Мария				
				21:00 50 мин \$ ZUMBA Зал № 1	Михаил	20:30 90 мин БАСКЕТБОЛ 12 ШКОЛА	Вячеслав						

