



Действительно с 11 ноября 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

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

