



Действительно с 18 ноября 2024 г.

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 18 ноября	Вторник 19 ноября	Среда 20 ноября	Четверг 21 ноября	Пятница 22 ноября	Суббота 23 ноября	Воскресенье 24 ноября	
9:00 50 мин \$ SMART BODY NEW Татьяна Г Зал № 1		10:00 50 мин STRONG BODY Елена Зал № 1	9:00 50 мин \$ CROSSFIT Нурлан С Тренажерный Зал	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 FUNCTIONAL TRAINING Елена Зал № 1	11:00 50 мин PILATES Инна Зал № 1		11:00 50 мин FUNCTIONAL TRAINING Екатерина Зал № 1	
11:00 50 мин STRETCHING Елена Зал № 1	11:00 50 мин STRETCHING Екатерина Зал № 1		11:00 50 мин STRETCHING Елена Зал № 1			11:00 120 мин ВОЛЕЙБОЛ Дмитрий фок БАЖЕНОВА 4/5 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 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			
	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			
	14:00 45 мин PILATES Светлана Т Зал № 1	16:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1	13:30 50 мин PILATES Инна Зал № 1	14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Мария К 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 \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал					
17:00 \$ АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	17:00 45 мин ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К Зал № 1	17:00 55 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Тренажерный Зал		16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал			18:00 \$ 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 № 1	16:30 55 мин \$ FIT JUNIOR Вероника Тренажерный Зал	17:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 1			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 № 2	18:00 50 мин \$ BOXING JUNIOR Вячеслав Зал № 2	20:00 50 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1	19:00 45 мин NEW AQUA FIT Анастасия Бассейн	
18:00 50 мин STRIP DANCE София Зал № 1		18:00 50 мин PILATES Инна Зал № 1	18:00 0 мин CIRCLE FT Светлана Т Зал № 1				
19:00 45 мин INTRO Ирина Бассейн	18:30 \$ АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 50 мин STRONG BODY Татьяна Т Зал № 1	19:00 50 мин FITBALL Елена Зал № 1				
19:00 50 мин YOGA Ольга 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 Светлана Т Зал № 1			
19:00 50 мин INTERVAL TRAINING Елена Зал № 1	19:00 \$ 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 INTERVAL TRAINING Екатерина Зал № 1	20:00 90 мин BALLET THERAPY+STRETCH 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 90 мин BALLET THERAPY+STRETCH София Зал № 2	20:00 50 мин YOGA THERAPY Анна Зал № 1	20:30 90 мин БАСКЕТБОЛ 12 ШКОЛА Вячеслав Зал № 1	20:00 50 мин PILATES 50+ Мария Зал № 1			
		21:00 50 мин \$ ZUMBA Михаил Зал № 1		20:00 50 мин NEW \$ LATINA 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.

