



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 24 февраля		Вторник 25 февраля		Среда 26 февраля		Четверг 27 февраля		Пятница 28 февраля		Суббота 1 марта		Воскресенье 2 марта	
		10:00 \$ АЭРОСТРЕТЧИНГ 50 мин / Предварительная запись/Зал №2	NEW София					9:00 BODY&MIND 50 мин	Татьяна Г Зал № 1	10:00 AQUA FIT 45 мин	Ирина Бассейн	9:10 \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин	NEW Ирина Зал № 2
10:00 AQUA FIT 45 мин	Анастасия Бассейн			10:00 STRONG BODY 50 мин	Мария К Зал № 1	10:00 INTRO 45 мин	Ирина Бассейн	10:00 INTERVAL TRAINING 50 мин	Екатерина Зал № 1	10:00 \$ BOXING KIDS 50 мин (4-7 лет)	Вячеслав Зал № 2	10:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 1
10:00 FITBALL 50 мин	Елена Зал № 1	10:00 STRONG BODY 50 мин	Екатерина Зал № 1	11:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №1	Мария К Татьяна Г	10:00 STEP+ABS 50 мин	Мария К Зал № 1	11:00 PILATES 50 мин	Инна Зал № 1	10:00 STRONG BODY 50 мин	София Зал № 1	10:00 \$ АЭРОСТРЕТЧИНГ 50 мин / Предварительная запись/Зал №2	NEW София Елена
11:00 STRETCHING 50 мин	Елена Зал № 1	11:00 STRETCHING 50 мин	Екатерина Зал № 1	11:00 BODY&MIND 12:55	Мария К Зал № 1	11:00 STRETCHING 50 мин	Мария К Зал № 1			11:00 STRETCHING 50 мин	София Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING 50 мин	Елена Зал № 1
12:00 YOGA THERAPY 50 мин	Анна Зал № 1	12:00 YOGA 90 мин	Ольга Зал № 1	12:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 1	12:00 YOGA 90 мин	Ольга Зал № 1			12:00 AEROBIC DANCE 50 мин	Мария Ш Зал № 1	12:00 ВОЛЕЙБОЛ 120 мин	Дмитрий ФОК БАЖЕНОВА 4/5
		12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 2	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 1	13:00 \$ YOGA THERAPY 50 мин	Мария Ш Зал № 1	12:00 STRETCHING 50 мин	Елена Зал № 1
		14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 2	15:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин	Мария К Зал № 1	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин	Мария К Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин	Мария Ш Зал № 1		
		14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин	Мария Ш Зал № 1	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин	Мария К Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин	Инна Зал № 1						
				17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин	Мария К Зал № 2								
		16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин	Мария К Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин	Вероника Тренажерный Зал					16:00 \$ FIT SWIM 55 мин	Вероника Тренажерный Зал		
		17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин	Мария К Зал № 2	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 1			16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин	Вероника Тренажерный Зал	17:00 \$ FIT SWIM 45 мин	Мария Бассейн	18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин	Вероника Тренажерный Зал	18:00 \$ BOXING JUNIOR 55 мин	Вячеслав Зал № 2	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин	Вероника Тренажерный Зал	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 1			19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 2	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 1			17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 1	18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин	Вячеслав Зал № 2	20:00 \$ ZUMBA 50 мин	Михаил Зал № 1	19:00 AQUA FIT 45 мин	Анастасия Бассейн
18:00 AEROBIC DANCE 50 мин	Мария Ш Зал № 1			18:00 PILATES 50 мин	Инна Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин	Светлана Т Зал № 1						
19:00 INTRO 45 мин	Анастасия Бассейн	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	София	19:00 STRONG BODY 50 мин	Татьяна Т Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин	Елена Зал № 1	18:10 PUMP 45 мин	София Зал № 1				
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин	Мария Ш Зал № 2	19:00 ZUMBA 50 мин	Михаил Зал № 1	19:00 ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин	NEW Ирина Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин	Светлана Т Зал № 2	19:00 ZUMBA 50 мин	Михаил Зал № 1				
19:00 INTERVAL TRAINING 50 мин	Елена Зал № 1	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	NEW София			20:00 YOGA 90 мин	Юлия Зал № 2	19:00 \$ АЭРОСТРЕТЧИНГ 50 мин / Предварительная запись/Зал №2	NEW София				
20:00 BOXING 90 мин.	Алексей Зал № 1	20:00 STEP+ABS 50 мин	Мария К Зал № 1	20:00 BALLET THERAPY+STRETCH 90 мин	София Зал № 2	20:00 BOXING 90 мин.	Алексей Зал № 1	20:00 PILATES 50+ 50 мин	Мария Зал № 1				
20:00 \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК 55 мин	NEW Мария /Предварительная запись/	20:00 \$ ХАТХА-ЙОГА 90 мин	NEW Ольга /Предварительная запись/	20:00 YOGA THERAPY 50 мин	Анна Зал № 1	20:30 БАСКЕТБОЛ 90 мин	Вячеслав 12 ШКОЛА	20:00 \$ LATINA 50 мин	Михаил Зал № 2				
		21:00 \$ STRIP DANCE 50 мин	NEW София Зал № 1	21:00 \$ ZUMBA 50 мин	Михаил Зал № 1			21:00 \$ STRIP DANCE 50 мин	NEW София 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.

