



Действительно с 3 февраля 2025 г.

### РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Понедельник 3 февраля		Вторник 4 февраля		Среда 5 февраля		Четверг 6 февраля		Пятница 7 февраля		Суббота 8 февраля		Воскресенье 9 февраля		
9:00 \$ SMART BODY 50 мин Татьяна Г Зал № 1				10:00 STRONG BODY 50 мин Мария К 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 AQUA FIT 45 мин Ирина Бассейн	10:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 Екатерина Мария К	11:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 Екатерина Мария К	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) Татьяна Т Зал № 2	10:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	10:00 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	10:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	10:00 FUNCTIONAL TRAINING 50 мин Зал № 1 Дмитрий	11:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	11:00 ВОЛЕЙБОЛ 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5 Елена	11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	12:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1
11:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	11:00 STRONG BODY 50 мин Екатерина Зал № 1	11:00 STRETCHING 50 мин Екатерина Зал № 1	11:00 STRETCHING 50 мин Екатерина Зал № 1	11:00 STEP+ABS 50 мин Зал № 1 Мария К	11:00 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	11:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING 50 мин Зал № 1 Дмитрий	11:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	11:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING 50 мин Зал № 1 Дмитрий	11:00 ВОЛЕЙБОЛ 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5 Елена	11:00 ВОЛЕЙБОЛ 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5 Елена	11:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING 50 мин Зал № 1 Дмитрий
12:00 YOGA THERAPY 50 мин Анна Зал № 1	12:00 YOGA 90 мин Ольга Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 2	12:00 YOGA 90 мин Ольга Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	13:00 \$ YOGA THERAPY 50 мин Анна Зал № 2	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1
		14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 2	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ 45 мин Мария К Зал № 1	13:00 \$ YOGA THERAPY 50 мин Анна Зал № 2	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1
		14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	13:30 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Мария Ш Зал № 1	13:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1
		16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин Мария К Зал № 1	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин Мария К Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM 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 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА 45 мин Мария К Зал № 2	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал
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	18:00 \$ BOXING JUNIOR 55 мин Вячеслав Зал № 2	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Вероника Тренажерный Зал	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	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	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Вячеслав Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	19:00 \$ AQUA FIT 45 мин Бассейн	19:00 \$ AQUA FIT 45 мин Бассейн	19:00 \$ AQUA FIT 45 мин Бассейн
18:00 AEROBIC DANCE 50 мин Мария Ш Зал № 1	18:00 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	18:00 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	18:00 PILATES 50 мин Инна Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин Светлана Т Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин Светлана Т Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин Светлана Т Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин Светлана Т Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин Светлана Т Зал № 1	18:00 CIRCLE FT 0 мин Светлана Т Зал № 1	18:00 \$ ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	19:00 \$ AQUA FIT 45 мин Бассейн	19:00 \$ AQUA FIT 45 мин Бассейн	19:00 \$ AQUA FIT 45 мин Бассейн
19:00 INTRO 45 мин Ирина Бассейн	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	19:00 STRONG BODY 50 мин Татьяна Т Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	19:00 FITBALL 50 мин Елена Зал № 1	18:10 PUMP 50 мин София Зал № 1	18:10 PUMP 50 мин София Зал № 1	18:10 PUMP 50 мин София Зал № 1	18:10 PUMP 50 мин София Зал № 1	18:10 PUMP 50 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 ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин NEW Ирина Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Светлана Т Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Светлана Т Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Светлана Т Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Светлана Т Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Светлана Т Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Светлана Т Зал № 2	19:00 ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	19:00 ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	19:00 ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	19:00 ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	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	19:00 AQUA FIT 45 мин Ирина Бассейн	19:00 AQUA FIT 45 мин Ирина Бассейн	20:00 YOGA 90 мин Юлия Зал № 2	20:00 YOGA 90 мин Юлия Зал № 2	20:00 YOGA 90 мин Юлия Зал № 2	20:00 YOGA 90 мин Юлия Зал № 2	20:00 YOGA 90 мин Юлия Зал № 2	20:00 YOGA 90 мин Юлия Зал № 2	19:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К	19:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К	19:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К	19:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К	19:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 Мария К
20:00 BOXING 90 мин. Зал № 1 NEW Мария	20:00 STEP+ABS 50 мин Мария К Зал № 1	20:00 BALLET THERAPY+STRETCH 90 мин. София Зал № 2	20:00 BALLET THERAPY+STRETCH 90 мин. София Зал № 2	20:00 BOXING 90 мин. Алексей Зал № 1	20:00 BOXING 90 мин. Алексей Зал № 1	20:00 BOXING 90 мин. Алексей Зал № 1	20:00 BOXING 90 мин. Алексей Зал № 1	20:00 BOXING 90 мин. Алексей Зал № 1	20:00 BOXING 90 мин. Алексей Зал № 1	20:00 PILATES 50+ 50 мин Мария Зал № 1	20:00 PILATES 50+ 50 мин Мария Зал № 1	20:00 PILATES 50+ 50 мин Мария Зал № 1	20:00 PILATES 50+ 50 мин Мария Зал № 1	20:00 PILATES 50+ 50 мин Мария Зал № 1
20:00 \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК 55 мин /Предварительная запись/	20:00 \$ YOGA 90 мин /Предварительная запись/	20:00 YOGA THERAPY 50 мин Анна Зал № 2	20:00 YOGA THERAPY 50 мин Анна Зал № 2	20:30 BASKETБОЛ 90 мин Вячеслав Зал № 1	20:30 BASKETБОЛ 90 мин Вячеслав Зал № 1	20:30 BASKETБОЛ 90 мин Вячеслав Зал № 1	20:30 BASKETБОЛ 90 мин Вячеслав Зал № 1	20:30 BASKETБОЛ 90 мин Вячеслав Зал № 1	20:30 BASKETБОЛ 90 мин Вячеслав Зал № 1	20:00 \$ LATINA 50 мин Михаил Зал № 2	20:00 \$ LATINA 50 мин Михаил Зал № 2	20:00 \$ LATINA 50 мин Михаил Зал № 2	20:00 \$ LATINA 50 мин Михаил Зал № 2	20:00 \$ LATINA 50 мин Михаил Зал № 2
	21:00 STRIP DANCE NEW ОТКРЫТЫЙ УРОК	21:00 \$ ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1	21:00 \$ ZUMBA 50 мин Михаил Зал № 1							21:00 \$ STRIP DANCE NEW София Зал № 1	21:00 \$ STRIP DANCE NEW София Зал № 1	21:00 \$ STRIP DANCE NEW София Зал № 1	21:00 \$ STRIP DANCE NEW София Зал № 1	21:00 \$ STRIP DANCE 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.

