



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 24 марта 2025 г.

Понедельник 24 марта		Вторник 25 марта		Среда 26 марта		Четверг 27 марта		Пятница 28 марта		Суббота 29 марта		Воскресенье 30 марта	
9:00 \$ SMART BODY NEW Татьяна Г 50 мин Зал № 1								9:00 BODY&MIND Татьяна Г 50 мин Зал № 1	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн				
10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	10:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	10:00 STRONG BODY Мария К 50 мин Зал № 1	10:00 STRONG BODY Мария К 50 мин Зал № 1	10:00 INTRO Ирина 45 мин Бассейн	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина 50 мин Зал № 1	10:00 INTERVAL TRAINING Екатерина 50 мин Зал № 1	10:00 \$ BOXING KIDS Вячеслав 50 мин (4-7 лет) Зал № 2	10:00 \$ BOXING KIDS Вячеслав 50 мин (4-7 лет) Зал № 2	10:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	10:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	10:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1
10:00 FITBALL Елена 50 мин Зал № 1	10:00 STRONG BODY Екатерина 50 мин Зал № 1	10:00 STRONG BODY Екатерина 50 мин Зал № 1	10:00 STRONG BODY Екатерина 50 мин Зал № 1	11:00 \$ TRX NEW Марина Г 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 Татьяна Г	11:00 \$ TRX NEW Марина Г 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 Татьяна Г	11:00 STEP+ABS Мария К 50 мин Зал № 1	11:00 STEP+ABS Мария К 50 мин Зал № 1	11:00 PILATES Инна 50 мин Зал № 1	11:00 STRONG BODY Татьяна Т 50 мин Зал № 1	11:00 STRONG BODY Татьяна Т 50 мин Зал № 1	11:00 ВОЛЕЙБОЛ Юстина 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	11:00 ВОЛЕЙБОЛ Юстина 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	11:00 ВОЛЕЙБОЛ Юстина 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5
11:00 STRETCHING Елена 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Екатерина 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Екатерина 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Екатерина 50 мин Зал № 1	11:00 BODY&MIND Татьяна Г 50 мин Зал № 2	11:00 BODY&MIND Татьяна Г 50 мин Зал № 2	11:00 STRETCHING Мария К 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Мария К 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Мария К 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Татьяна Т 50 мин Зал № 1	11:00 STRETCHING Татьяна Т 50 мин Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена 50 мин Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена 50 мин Зал № 1	11:00 FUNCTIONAL TRAINING Елена 50 мин Зал № 1
12:00 YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 1	12:00 ХАТХА ЙОГА Зал № 1 Мария К	12:00 ХАТХА ЙОГА Зал № 1 Мария К	12:00 ХАТХА ЙОГА Зал № 1 Мария К	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 1	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 1	12:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО NEW Ирина 50 мин Зал № 2	12:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО NEW Ирина 50 мин Зал № 2	12:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО NEW Ирина 50 мин Зал № 2	12:00 AEROBIC DANCE Мария Ш 50 мин Зал № 1	12:00 AEROBIC DANCE Мария Ш 50 мин Зал № 1	12:00 STRETCHING Зал № 1	12:00 STRETCHING Зал № 1	12:00 STRETCHING Зал № 1
	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	12:55 ХАТХА ЙОГА Зал № 1 Мария К	12:55 ХАТХА ЙОГА Зал № 1 Мария К	12:55 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1
14:00 \$ 3D ЯГОДИЦЫ NEW Марина Г 50 мин / Предварительная запись/Зал №1	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	14:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 1	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 1	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 1	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 2	14:00 ОФП-ДЕТИ Мария К 45 мин Зал № 1	13:00 \$ YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 2	13:00 \$ YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 2	13:00 \$ YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 2	13:00 \$ YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 2	13:00 \$ YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 2
				17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 2	17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 2	13:30 PILATES Инна 50 мин Зал № 1	13:30 PILATES Инна 50 мин Зал № 1						
				16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 1	16:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 1					16:00 \$ FIT SWIM Вероника 55 мин Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM Вероника 55 мин Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM Вероника 55 мин Тренажерный Зал	16:00 \$ FIT SWIM Вероника 55 мин Тренажерный Зал
				17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 2	17:00 ЛАБОРАТОРИЯ СПОРТА Мария К 45 мин Зал № 2			16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника 55 мин Тренажерный Зал	17:00 \$ FIT SWIM Мария 45 мин Бассейн	17:00 \$ FIT SWIM Мария 45 мин Бассейн	18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1
17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника 55 мин Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника 55 мин Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника 55 мин Тренажерный Зал	18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника 55 мин Тренажерный Зал	16:30 \$ FIT JUNIOR Вероника 55 мин Тренажерный Зал	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1
18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 2	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1			17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	17:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 1	18:00 \$ BOXING JUNIOR Вячеслав 50 мин Зал № 2	20:00 \$ ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 AQUA FIT Бассейн 45 мин	19:00 AQUA FIT Бассейн 45 мин	19:00 AQUA FIT Бассейн 45 мин
18:00 AEROBIC DANCE Мария Ш 50 мин Зал № 1				18:00 PILATES Инна 50 мин Зал № 1	18:00 PILATES Инна 50 мин Зал № 1	18:00 CIRCLE FT Светлана Т 50 мин Зал № 1	18:00 CIRCLE FT Светлана Т 50 мин Зал № 1						
19:00 INTRO Анастасия 45 мин Бассейн	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 STRONG BODY Татьяна Т 50 мин Зал № 1	19:00 STRONG BODY Татьяна Т 50 мин Зал № 1	19:00 FITBALL Елена 50 мин Зал № 1	19:00 FITBALL Елена 50 мин Зал № 1	18:00 PUMP Марина Г 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1
19:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш 50 мин Зал № 2	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 ТАЗОВОЕ ДНО Ирина 50 мин Зал № 2	19:00 ТАЗОВОЕ ДНО Ирина 50 мин Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР Светлана Т 50 мин Зал № 2	19:00 STRETCHING+МФР Светлана Т 50 мин Зал № 2	19:00 ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	20:00 \$ ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	19:00 AQUA FIT Бассейн 45 мин	19:00 AQUA FIT Бассейн 45 мин	19:00 AQUA FIT Бассейн 45 мин
19:00 INTERVAL TRAINING Елена 50 мин Зал № 1	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	19:00 AQUA FIT Ирина 45 мин Бассейн	20:00 КУНДАЛИНИ ЙОГА Юлия 90 мин Зал № 2	20:00 КУНДАЛИНИ ЙОГА Юлия 90 мин Зал № 2	19:00 \$ TRX NEW Марина Г 50 мин / Предварительная запись/Зал №2	20:00 PILATES 50+ Мария 50 мин Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Мария 50 мин Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Мария 50 мин Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Мария 50 мин Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Мария 50 мин Зал № 1
20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	20:00 STEP+ABS Мария К 50 мин Зал № 1	20:00 STEP+ABS Мария К 50 мин Зал № 1	20:00 STEP+ABS Мария К 50 мин Зал № 1	20:00 ФИТНЕС ЙОГА NEW Татьяна Г 90 мин Зал № 2	20:00 ФИТНЕС ЙОГА NEW Татьяна Г 90 мин Зал № 2	20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	20:00 BOXING Алексей 90 мин. Зал № 1	20:00 PILATES 50+ Мария 50 мин Зал № 1	20:00 \$ LATINA Михаил 50 мин Зал № 2	20:00 \$ LATINA Михаил 50 мин Зал № 2	20:00 \$ LATINA Михаил 50 мин Зал № 2	20:00 \$ LATINA Михаил 50 мин Зал № 2	20:00 \$ LATINA Михаил 50 мин Зал № 2
20:00 \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК NEW Мария Г 55 мин /Предварительная запись/	20:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО NEW Ирина 50 мин Зал № 2	20:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО NEW Ирина 50 мин Зал № 2	20:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО NEW Ирина 50 мин Зал № 2	20:00 YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 1	20:00 YOGA THERAPY Анна 50 мин Зал № 1	20:30 БАСКЕТБОЛ Вячеслав 90 мин 12 ШКОЛА	20:30 БАСКЕТБОЛ Вячеслав 90 мин 12 ШКОЛА	20:00 \$ LATINA Михаил 50 мин Зал № 2					
				21:00 \$ ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1	21:00 \$ ZUMBA Михаил 50 мин Зал № 1								

