



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 1 сентября 2025 г.

Понедельник 1 сентября		Вторник 2 сентября		Среда 3 сентября		Четверг 4 сентября		Пятница 5 сентября		Суббота 6 сентября		Воскресенье 7 сентября	
9:00 \$ SMART BODY 50 мин Зал № 1	NEW Татьяна Г	10:00 AQUA FIT 45 мин Бассейн	Ирина			10:00 INTRO 45 мин Бассейн	Ирина			10:00 AQUA FIT 45 мин Бассейн	Ирина		
		10:00 STRONG BODY 50 мин Зал № 1	Екатерина	10:00 PUMP 50 мин Зал № 1	Марина Г	10:00 STEP+ABS 50 мин Зал № 1	Кристина	10:00 INTERVAL TRAINING 50 мин Зал № 1	Екатерина	10:00 \$ BOXING KIDS 50 мин (4-7 лет) Зал № 2	Вячеслав	10:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	Вячеслав
10:00 FITBALL 50 мин Зал № 1	Елена	11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Екатерина	11:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал № 1	NEW Марина Г	11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Кристина	11:00 PILATES 50 мин Зал № 1	Инна	10:00 STRONG BODY 50 мин Зал № 1	Татьяна Т	11:00 ВОЛЕЙБОЛ 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	Юстина
11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Елена	12:00 АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 1	Юлия	11:00 BODY&MIND 50 мин Зал № 2	Татьяна Г	12:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	NEW Ирина			11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Татьяна Т	12:00 FUNCTIONAL TRAINING 50 мин Зал № 1	Елена
						12:00 АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 1	Юлия			12:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	NEW Ирина	12:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Елена
		13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 2	Илья	13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1	Илья	13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 2	Илья			13:00 АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 1	Юлия		
		14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1	Илья	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1	Илья	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 2	Илья						
14:00 \$ 3D ЯГОДИЦЫ 50 мин / Предварительная запись/Зал № 1	NEW Марина Г												
		14:30 ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Зал № 1	Татьяна Г			13:30 PILATES 50 мин Зал № 2	Инна						
												18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	Вячеслав	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Тренажерный Зал	Илья	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	Вячеслав	16:30 \$ FIT JUNIOR 55 мин Тренажерный Зал	Илья	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	Вячеслав			19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 2	Вячеслав	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	Вячеслав	18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 2	Вячеслав	17:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	Вячеслав	18:00 \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 2	Вячеслав	20:00 \$ ZUMBA 50 мин Зал № 1	Михаил		
18:00 AEROBIC DANCE 50 мин Зал № 1	Кристина			18:00 PILATES 50 мин Зал № 1	Инна								
19:00 INTRO 45 мин Зал № 1	Ирина	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	Татьяна Т	19:00 STRONG BODY 50 мин Зал № 1	Ирина	18:00 INTERVAL TRAINING 50 мин Зал № 1	Екатерина	18:00 PUMP 50 мин Зал № 1	Марина Г				
19:00 STRETCHING 50 мин Зал № 2	Кристина	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	Ирина	19:00 ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	Татьяна Т	19:00 FITBALL 50 мин Зал № 1	Елена	19:00 ZUMBA 50 мин Зал № 1	Михаил				
19:00 INTERVAL TRAINING 50 мин Зал № 1	Елена	19:00 ZUMBA 50 мин Зал № 1	Михаил	19:00 AQUA FIT 45 мин Бассейн	Ирина	19:00 STRETCHING+МФР 50 мин Зал № 2	Екатерина	19:00 \$ TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал № 2	NEW Марина Г				
		20:00 STEP+ABS 50 мин Зал № 1	Кристина	20:00 STEP 50 мин Зал № 1	NEW Кристина			20:00 PILATES 50+ 50 мин Зал № 1	Марина Г				
		20:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	NEW Ирина	20:00 ФИТНЕС ЙОГА 90 мин Зал № 2	Татьяна Т			20:00 \$ LATINA 50 мин Зал № 2	Михаил				
		20:30 БАСКЕТБОЛ 90 мин Метеор	Вячеслав	21:00 \$ LATINA 50 мин Зал № 1	Михаил								

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.

