



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 22 сентября 2025 г.

Понедельник 22 сентября		Вторник 23 сентября		Среда 24 сентября		Четверг 25 сентября		Пятница 26 сентября		Суббота 27 сентября		Воскресенье 28 сентября	
9:00 \$ SMART BODY 50 мин NEW Татьяна Г Зал № 1	Ирина	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 AQUA FIT 45 мин Анастасия Бассейн	Екатерина	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 Елена Зал № 1	Екатерина	11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Юлия	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	Ирина	12:00 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 Е			11:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Ирина	11:00 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 Е	12:00 STRETCHING 50 мин Зал № 1	Елена
13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1	Илья	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	Илья	15:00 ВОЛЕЙБОЛ 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	Юстина
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 № 1	Илья	14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 2	Илья			13:00 \$ FIT SWIM 55 мин Тренажерный Зал	Илья		
14:00 \$ 3D ЯГОДИЦЫ 50 мин / Предварительная запись/Зал №1	NEW Марина Г									14:00 \$ FIT SWIM 55 мин Бассейн	Мария		
		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	19:00 AQUA FIT 45 мин Бассейн	Анастасия
18:00 AEROBIC DANCE 50 мин Зал № 1	Кристина			18:00 PILATES 50 мин Зал № 1	Инна								
19:00 INTRO 45 мин Бассейн	Ирина	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	Екатерина	19:00 STRONG BODY 50 мин Зал № 1	Ирина Е	18:00 STRONG BODY 50 мин Зал №1	Ирина Е	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 Е	19:00 ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	Ирина Е	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	Ирина Е	19:00 TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2	NEW Марина Г				
20:00 BOXING 90 мин. Зал № 1	Алексей	20:00 STEP+ABS 50 мин Зал № 1	Кристина	20:00 STEP 50 мин Зал № 1	NEW Кристина	20:00 BOXING 90 мин. Зал № 1	Алексей	20:00 PILATES 50+ 50 мин Зал № 1	Марина Г				
		20:00 \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	NEW Ирина Е	20:00 STRETCHING 50 мин Зал № 2	Екатерина			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.

