



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 29 сентября 2025 г.

Понедельник 29 сентября		Вторник 30 сентября		Среда 1 октября		Четверг 2 октября		Пятница 3 октября		Суббота 4 октября		Воскресенье 5 октября	
9:00 NEW Татьяна Г \$ SMART BODY		10:00 Ирина AQUA FIT				10:00 Ирина INTRO				10:00 Ирина AQUA FIT			
50 мин Зал № 1		45 мин Бассейн				45 мин Бассейн				45 мин Бассейн			
10:00 Анастасия AQUA FIT		10:00 Екатерина STRONG BODY		10:00 Марина Г PUMP		10:00 Кристина STEP+ABS		10:00 Екатерина INTERVAL TRAINING		10:00 Вячеслав \$ BOXING KIDS		10:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR	
45 мин Бассейн		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин (4-7 лет) Зал № 2		50 мин Зал № 1	
10:00 Елена FITBALL		11:00 Екатерина STRETCHING		11:00 NEW Марина Г TRX		11:00 Кристина STRETCHING		11:00 Инна PILATES		10:00 Татьяна Т STRONG BODY		11:00 Юстина ВОЛЕЙБОЛ	
50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин / Предварительная запись/Зал №1		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	
11:00 Елена STRETCHING		12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА		11:00 Татьяна Г BODY&MIND		12:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО				11:00 Татьяна Т STRETCHING		11:00 Елена FUNCTIONAL TRAINING	
50 мин Зал № 1		90 мин Зал № 1		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 2				12:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО		50 мин Зал № 1	
						12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА				50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1	
13:00 Илья ОФП-ДЕТИ		13:00 Илья ОФП-ДЕТИ		13:00 Илья ОФП-ДЕТИ		13:00 Илья ОФП-ДЕТИ				12:00 NEW Мария Ш DANCE PARTY			
45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 2		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 2				50 мин Зал № 1			
14:00 Илья ОФП-ДЕТИ		14:00 Илья ОФП-ДЕТИ		14:00 Илья ОФП-ДЕТИ		14:00 Илья ОФП-ДЕТИ				13:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА		15:00 Юстина ВОЛЕЙБОЛ	
45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 2				90 мин Зал № 2		120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	
14:00 NEW Марина Г \$ 3D ЯГОДИЦЫ										13:00 Мария Ш ЗДОРОВАЯ СПИНА			
50 мин / Предварительная запись/Зал №1										50 мин Зал № 1			
		14:30 Татьяна Г ЗДОРОВАЯ СПИНА				13:30 Инна PILATES				13:00 Илья \$ FIT SWIM			
		50 мин Зал № 1				50 мин Зал № 2				55 мин Тренажерный Зал			
										14:00 Мария \$ FIT SWIM			
										55 мин Бассейн			
												18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		16:30 Илья \$ FIT JUNIOR		17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		16:30 Илья \$ FIT JUNIOR		17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR				19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
50 мин Зал № 1		55 мин Тренажерный Зал		50 мин Зал № 1		55 мин Тренажерный Зал		50 мин Зал № 1					
18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		20:00 Михаил \$ ZUMBA		19:00 Анастасия AQUA FIT	
50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1		45 мин Бассейн	
18:00 Кристина AEROBIC DANCE				18:00 Инна PILATES									
50 мин Зал № 1				50 мин Зал № 1									
19:00 Ирина INTRO		18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2		19:00 Татьяна Т STRONG BODY		18:00 Ирина STRONG BODY		18:00 Марина Г PUMP		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. 			
45 мин Бассейн		19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2		50 мин Зал № 1		50 мин Зал №1		50 мин Зал № 1					
19:00 Кристина STRETCHING				19:00 Ирина Е ТАЗОВОЕ ДНО		19:00 Елена FITBALL		19:00 Михаил ZUMBA					
50 мин Зал № 2				50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1					
19:00 Елена INTERVAL TRAINING		19:00 Михаил ZUMBA		19:00 Ирина AQUA FIT		19:00 Ирина STRETCHING+МФР		19:00 NEW Марина Г TRX					
50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		45 мин Бассейн		50 мин Зал № 2		50 мин / Предварительная запись/Зал №2					
20:00 Алексей BOXING		20:00 Кристина STEP+ABS		20:00 NEW Кристина STEP		20:00 Алексей BOXING		20:00 Михаил \$ LATINA					
90 мин. Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		90 мин. Зал № 1		50 мин Зал № 2					
		20:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО		20:00 Татьяна Т ФИТНЕС ЙОГА				20:00 Марина Г PILATES 50+					
		50 мин Зал № 2		90 мин Зал № 2				50 мин Зал № 1					
		20:30 Вячеслав БАСКЕТБОЛ		21:00 Михаил \$ LATINA									
		90 мин Метеор		*НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 1									