



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 3 ноября 2025 г.

Понедельник 3 ноября	Вторник 4 ноября	Среда 5 ноября	Четверг 6 ноября	Пятница 7 ноября	Суббота 8 ноября	Воскресенье 9 ноября
9:00 NEW Татьяна Г \$ SMART BODY 50 мин Зал № 1	10:00 Ирина AQUA FIT 45 мин Бассейн		10:00 Ирина INTRO 45 мин Бассейн		10:00 Ирина AQUA FIT 45 мин Бассейн	
10:00 Анастасия AQUA FIT 45 мин Бассейн	10:00 Екатерина STRONG BODY 50 мин Зал № 1	10:00 Марина Г PUMP 50 мин Зал № 1	10:00 Кристина STEP+ABS 50 мин Зал № 1	10:00 Екатерина INTERVAL TRAINING 50 мин Зал № 1	10:00 Вячеслав \$ BOXING KIDS 50 мин (4-7 лет) Зал № 2	10:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1
10:00 Екатерина FITBALL 50 мин Зал № 1	11:00 Екатерина STRETCHING 50 мин Зал № 1	11:00 NEW Марина Г TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №1	11:00 Кристина STRETCHING 50 мин Зал № 1	11:00 Инна PILATES 50 мин Зал № 1	10:00 Татьяна Т STRONG BODY 50 мин Зал № 1	
11:00 Екатерина STRETCHING 50 мин Зал № 1	12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 2	11:00 Татьяна Г BODY&MIND 50 мин Зал № 2	12:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2 12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 2		11:00 Татьяна Т STRETCHING 50 мин Зал № 1 12:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	11:00 Елена FUNCTIONAL TRAINING 50 мин Зал № 1 12:00 Елена STRETCHING 50 мин Зал № 1
13:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1 14:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1 14:00 NEW Марина Г \$ 3D ЯГОДИЦЫ 50 мин / Предварительная запись/Зал №1	13:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1 14:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1	13:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1 14:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1	13:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1 14:00 Илья ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1		12:00 NEW Мария Ш DANCE PARTY 50 мин Зал № 1 13:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 2 13:00 Мария Ш ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Зал № 1	15:00 Юстина ВОЛЕЙБОЛ 120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5
	14:00 Мария Ш ЗДОРОВАЯ СПИНА 50 мин Зал № 2		13:30 Инна PILATES 50 мин Зал № 2		13:00 Илья \$ FIT SWIM 55 мин Тренажерный Зал 14:00 Мария \$ FIT SWIM 55 мин Бассейн	
17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1	16:30 Илья \$ FIT JUNIOR 55 мин Тренажерный Зал	17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1 18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 2	16:30 Илья \$ FIT JUNIOR 55 мин Тренажерный Зал 17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1 18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 2	17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 1 18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR 50 мин Зал № 2		18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1 19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1 19:00 Анастасия AQUA MIX 45 мин Бассейн
18:00 Кристина AEROBIC DANCE 50 мин Зал № 1 19:00 Ирина INTRO 45 мин Бассейн 19:00 Кристина STRETCHING 50 мин Зал № 2 19:00 Елена INTERVAL TRAINING 50 мин Зал № 1 20:00 Алексей BOXING 90 мин. Зал № 1	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2 19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2 19:00 Михаил ZUMBA 50 мин Зал № 1 20:00 Кристина STEP+ABS 50 мин Зал № 1 20:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2	18:00 Инна PILATES 50 мин Зал № 1 19:00 Татьяна Т STRONG BODY 50 мин Зал № 1 19:00 Ирина Е ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2 19:00 Ирина AQUA FIT 45 мин Бассейн 20:00 NEW Кристина STEP 50 мин Зал № 1 20:00 Татьяна Т ФИТНЕС ЙОГА 90 мин Зал № 2 21:00 Михаил \$ LATINA *НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 1	18:00 Ирина STRONG BODY 50 мин Зал №1 19:00 Елена FITBALL 50 мин Зал № 1 19:00 Ирина STRETCHING+МФР 50 мин Зал № 2 20:00 Алексей BOXING 90 мин. Зал № 1 21:00 Вячеслав БАСКЕТБОЛ 90 мин 12 ШКОЛА 21:00 Михаил \$ LATINA *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 2	18:00 Марина Г PUMP 50 мин Зал № 1 19:00 Михаил ZUMBA 50 мин Зал № 1 19:00 NEW Марина Г TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 20:00 Михаил \$ LATINA 50 мин Зал № 2 20:00 Марина Г PILATES 50+ 50 мин Зал № 1 21:00 Михаил \$ LATINA	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. 	