РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 1 декабря 2025 г.

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