



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 19 января 2026 г.

Понедельник 19 января	Вторник 20 января	Среда 21 января	Четверг 22 января	Пятница 23 января	Суббота 24 января	Воскресенье 25 января
9:00 NEW Татьяна Г \$ SMART BODY 50 мин Зал № 1	10:00 Ирина AQUA FIT Бассейн 45 мин		10:00 Ирина INTRO Бассейн 45 мин		10:00 Ирина AQUA FIT Бассейн 45 мин	
10:00 Анастасия AQUA FIT Бассейн 45 мин	10:00 Екатерина STRONG BODY Зал № 1 50 мин	10:00 Марина Г PUMP Зал № 1 50 мин	10:00 Ирина Е STRONG BODY Зал № 1 50 мин	10:00 Екатерина INTERVAL TRAINING Зал № 1 50 мин	10:00 Вячеслав \$ BOXING KIDS Зал № 2 50 мин (4-7 лет)	10:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 50 мин
10:00 Елена FITBALL Зал № 1 50 мин	11:00 Екатерина STRETCHING Зал № 1 50 мин	11:00 Марина Г TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №1 11:00 Татьяна Г BODY&MIND Зал № 2 50 мин	11:00 Ирина Е STRETCHING Зал № 1 50 мин	11:00 Инна PILATES Зал № 1 50 мин	10:00 Татьяна Т STRONG BODY Зал № 1 50 мин	
11:00 Елена STRETCHING Зал № 1 50 мин	12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА Зал № 2 90 мин		12:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО Зал № 2 50 мин 12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА Зал № 2 90 мин		11:00 Татьяна Т STRETCHING Зал № 1 50 мин	11:00 Елена FUNCTIONAL TRAINING Зал № 1 50 мин
					12:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО Зал № 2 50 мин	12:00 Елена STRETCHING Зал № 1 50 мин
13:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин	13:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин	13:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин	13:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин		12:00 Мария Ш DANCE PARTY Зал № 1 50 мин	
14:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин	14:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин	14:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин	14:00 Илья ОФП-ДЕТИ Зал № 1 45 мин		13:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА Зал № 2 90 мин	
14:00 NEW Марина Г \$ 3D ЯГОДИЦЫ 50 мин / Предварительная запись/Зал №1					13:00 Мария Ш ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 1 50 мин	
	14:00 Мария Ш ЗДОРОВАЯ СПИНА Зал № 2 50 мин		13:30 Ирина Е STRETCHING+МФР Зал № 2 50 мин			
						18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1
17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 50 мин	16:30 Илья \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал 55 мин	17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 50 мин	16:30 Илья \$ FIT JUNIOR Тренажерный Зал 55 мин	17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 50 мин		19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1
18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 2 50 мин	17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 50 мин	18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 2 50 мин	17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 1 50 мин	18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR Зал № 2 50 мин	20:00 Михаил \$ ZUMBA Зал № 1 50 мин	19:00 Анастасия AQUA MIX Бассейн 45 мин
		18:00 Инна PILATES Зал № 1 50 мин	18:00 Ирина STRONG BODY Зал №1 50 мин			
19:00 Ирина INTRO Бассейн 45 мин	18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 Татьяна Т STRONG BODY Зал № 1 50 мин	19:00 Елена FITBALL Зал № 1 50 мин	18:00 Марина Г PUMP Зал № 1 50 мин	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 Зал № 2 50 мин	19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2	19:00 Ирина Е ТАЗОВОЕ ДНО Зал № 2 50 мин	19:00 Ирина STRETCHING+МФР Зал № 2 50 мин	19:00 Михаил ZUMBA Зал № 1 50 мин		
19:00 Елена INTERVAL TRAINING Зал № 1 50 мин		19:00 Ирина AQUA FIT Бассейн 45 мин	20:00 NEW Мария Ш КАЛЛАНЕТИКА Зал № 2 50 мин	19:00 Марина Г TRX 50 мин / Предварительная запись/Зал №2 20:00 Михаил \$ LATINA Зал № 2 50 мин		
20:00 Алексей BOXING Зал № 1 90 мин.	19:00 Михаил ZUMBA Зал № 1 50 мин	20:00 Татьяна Т ФИТНЕС ЙОГА Зал № 2 90 мин	20:00 Алексей BOXING Зал № 1 90 мин.	20:00 Михаил PILATES 50+ Зал № 1 50 мин		
	20:00 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО Зал № 2 50 мин	20:00 Михаил \$ LATINA Зал № 1 *НАЧИНАЮЩИЕ	21:00 NEW Мария Ш \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК Зал № 2 50 мин	21:00 Марина Г \$ LATINA Зал № 1 50 мин		
		21:00 Михаил \$ LATINA Зал № 1 *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ	21:00 Вячеслав БАСКЕТБОЛ 12 ШКОЛА 90 мин	21:00 Михаил \$ LATINA Зал № 2 *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ		

