



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 2 февраля 2026 г.

Понедельник 2 февраля		Вторник 3 февраля		Среда 4 февраля		Четверг 5 февраля		Пятница 6 февраля		Суббота 7 февраля		Воскресенье 8 февраля	
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		10:00 Ирина Е		10:00 Екатерина		10:00 Вячеслав		10:00 Вячеслав	
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 Марина Г		11:00 Ирина Е		11:00 Инна		10:00 Татьяна Т			
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			
11:00 Елена STRETCHING		12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА		11:00 Екатерина		12:00 Юлия				11:00 Татьяна Т		11:00 Елена	
50 мин Зал № 1		90 мин Зал № 2		50 мин Зал № 2		90 мин Зал № 2				50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1	
										11:30 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО		12:00 Елена	
										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 Мария Ш			
45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1				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		15:00 Юстина	
45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1		45 мин Зал № 1				90 мин Зал № 2		120 мин ФОК БАЖЕНОВА 4/5	
14:00 NEW Марина Г \$ 3D ЯГОДИЦЫ										13:00 Мария Ш			
50 мин / Предварительная запись/Зал №1										50 мин Зал № 1			
		14:00 Мария Ш ЗДОРОВАЯ СПИНА				13:30 Ирина Е STRETCHING+МФР							
		50 мин Зал № 2				50 мин Зал № 2							
												18:00	
17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		16:30 Илья \$ FIT JUNIOR		17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		16:30 Илья \$ FIT JUNIOR		17:00 Вячеслав				19:00	
50 мин Зал № 1		55 мин Тренажерный Зал		50 мин Зал № 1		55 мин Тренажерный Зал		50 мин Зал № 1				19:00	
18:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		17:00 Вячеслав \$ BOXING JUNIOR		18:00 Вячеслав		17:00 Вячеслав		18:00 Вячеслав		20:00 Михаил		19:00 Анастасия	
50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 2		\$ ZUMBA		45 мин Бассейн	
18:00 NEW Валерия STRIP DANCE				18:00 Инна		18:00 Ирина		18:00 Ирина					
50 мин Зал № 1				50 мин Зал № 1		50 мин Зал №1							
19:00 Ирина INTRO		18:30		19:00 Татьяна Т		19:00 Елена		18:00 Марина Г					
45 мин Бассейн		АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1		50 мин Зал № 1					
19:00 NEW Валерия STRETCHING+МФР		19:00		19:00 Ирина Е		19:00 Ирина		19:00 Михаил					
50 мин Зал № 2		АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1					
19:00 Елена				19:00 Ирина		20:00 NEW Мария Ш		19:00 Марина Г					
INTERVAL TRAINING				45 мин Бассейн		50 мин Зал № 2		50 мин / Предварительная запись/Зал №2					
50 мин Зал № 1		19:00 Михаил		20:00 Татьяна Т		20:00 Алексей		20:00 Михаил					
20:00 Алексей BOXING		50 мин Зал № 1		90 мин Зал № 2		90 мин Зал № 1		50 мин Зал № 2					
				20:00 Михаил		21:00 NEW Мария Ш		20:00 Марина Г					
				\$ LATINA		\$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК		PILATES 50+					
				*НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 1		50 мин Зал № 2		50 мин Зал № 1					
				21:00 Михаил		21:00 Вячеслав		21:00 Михаил					
				\$ LATINA		БАСКЕТБОЛ		\$ LATINA					
				*ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 1		90 мин 12 ШКОЛА		*ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 2					

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.

