



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 9 февраля 2026 г.

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

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.

