



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 1 июня 2026 г.

Понедельник 1 июня		Вторник 2 июня		Среда 3 июня		Четверг 4 июня		Пятница 5 июня		Суббота 6 июня		Воскресенье 7 июня	
9:00 NEW Татьяна Г \$ УМНОЕ ТЕЛО 50 мин Зал № 1		10:00 Ирина АКВА-СТАРТ 45 мин Бассейн				10:00 Ирина АКВА-ПРО 45 мин Бассейн				10:00 Ирина АКВА-ПРО 45 мин Бассейн			
10:00 Анастасия АКВА-МИКС 45 мин Бассейн		10:00 Екатерина СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1		10:00 Татьяна Г ШТАНГА ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1		10:00 Екатерина СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1		10:00 Екатерина ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1		10:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (4-7 лет) Зал № 2		10:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 1	
10:00 Елена ФИТБОЛ 50 мин Зал № 1		11:00 Екатерина РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ 50 мин Зал № 1		11:00 Татьяна Г ТЕЛО И РАЗУМ 50 мин Зал № 2		11:00 Екатерина РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ 50 мин Зал № 1		11:00 Инна ПИЛАТЕС 50 мин Зал № 1		10:00 Татьяна Т СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1			
11:00 Елена РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ 50 мин Зал № 1		12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 2				12:00 Юлия АЙЕНГАРА ЙОГА 90 мин Зал № 2				11:00 Татьяна Т РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ 50 мин Зал № 1		11:00 Елена ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1	
12:00 Илья \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА 55 мин Тренажерный Зал		12:00 Илья \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА 55 мин Тренажерный Зал				12:00 Илья \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА 55 мин Тренажерный Зал				11:30 NEW Ирина Е \$ ТАЗОВОЕ ДНО 50 мин Зал № 2		12:00 Елена РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ 50 мин Зал № 1	
		13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1		13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1		13:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1				12:00 Мария Ш ТАНЦЫ ВЫЗОВ 50 мин Зал № 1			
		14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 2		14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1		14:00 ОФП-ДЕТИ 45 мин Зал № 1				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 № 1				14:00 Екатерина РАСТЯЖКА+МФР 50 мин Зал № 2				ВНИМАНИЕ! ОТКРЫТЫЙ УРОК 			
				16:30 Вероника \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА 55 мин Тренажерный Зал		16:30 Вероника \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА 55 мин Тренажерный Зал		16:30 Вероника \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА 55 мин Тренажерный Зал		18:00 NEW Александр КРОССФИТ 50 мин Тренажерный Зал		18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
17:00 Альбина \$ ЛФК-ДЕТИ 45 мин Зал № 2		17:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 1		17:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 1		17:00 Альбина \$ ЛФК-ДЕТИ 45 мин Зал № 2		17:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 2		20:00 Михаил \$ ЗУМБА 50 мин Зал № 1		19:00 Анастасия АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
17:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 1		18:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 2		18:00 Инна ПИЛАТЕС 50 мин Зал № 1								45 мин Бассейн	
18:00 Вячеслав \$ БОКС-ДЕТИ 50 мин (7-14 лет) Зал № 2				19:00 Татьяна Т СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА 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.			
18:00 Валерия СТРИП-ПЛАСТИКА 50 мин Зал № 1		18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2				19:00 Елена ФИТБОЛ 50 мин Зал № 1							
19:00 Елена ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА 50 мин Зал № 1		19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2				20:00 Мария Ш КАЛЛАНЕТИКА 50 мин Зал № 2		19:00 Михаил ЗУМБА 50 мин Зал № 1					
19:00 Ирина АКВА-СТАРТ 45 мин Бассейн		19:00 Михаил ЗУМБА 50 мин NEW УЛИЦА		45 мин Бассейн		20:00 Мария Т ФИТНЕС ЙОГА 90 мин Зал № 2		20:00 Алексей \$ БОКС 90 мин. Зал № 1					
19:00 Валерия РАСТЯЖКА+МФР 50 мин Зал № 2		20:00 NEW Таисия СТЕП 50 мин Зал № 1		20:00 Татьяна Т 20:00 Михаил \$ ЛАТИНА *НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 1		21:00 Вячеслав БАСКЕТБОЛ 90 мин 12 ШКОЛА 21:00 NEW Мария Ш \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК 50 мин Зал № 2		20:00 Михаил \$ ЛАТИНА *НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 2					
20:00 Алексей \$ БОКС 90 мин. Зал № 1				21:00 Михаил \$ ЛАТИНА *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 1		21:00 NEW Мария Ш \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК 50 мин Зал № 2		21:00 Михаил \$ ЛАТИНА *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 2					



