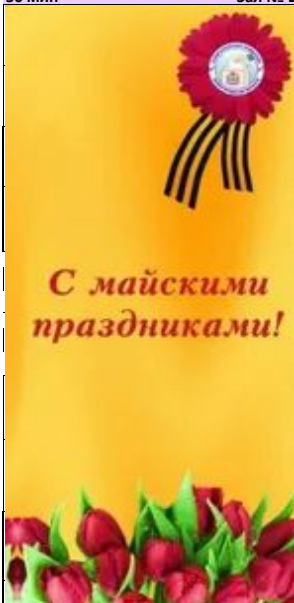


РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

Действительно с 11 мая 2026 г.

Понедельник 11 мая		Вторник 12 мая		13 мая		Четверг 14 мая		Пятница 15 мая		Суббота 16 мая		Воскресенье 17 мая	
9:00 50 мин NEW \$ УМНОЕ ТЕЛО Татьяна Г Зал № 1		10:00 45 мин АКВА-СТАРТ Ирина Бассейн				10:00 45 мин АКВА-ПРО Ирина Е Бассейн				10:00 45 мин АКВА-ПРО Ирина Бассейн			
10:00 45 мин АКВА-МИКС Анастасия Бассейн		10:00 50 мин СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Екатерина Зал № 1		10:00 50 мин ШТАНГА ТРЕНИРОВКА Татьяна Г Зал № 1		10:00 50 мин СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Ирина Е Зал № 1		10:00 50 мин ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА Екатерина Зал № 1		10:00 50 мин (4-7 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Татьяна Т Зал № 2		10:00 50 мин (7-14 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Вячеслав Зал № 1	
10:00 50 мин ФИТБОЛ Елена Зал № 1		11:00 50 мин РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ Екатерина Зал № 1		11:00 50 мин ТЕЛО И РАЗУМ Татьяна Г Зал № 2		11:00 50 мин РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ Ирина Е Зал № 1		11:00 50 мин ПИЛАТЕС Инна Зал № 1		10:00 50 мин СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Татьяна Т Зал № 1			
11:00 90 мин. БОКС Алексей Зал № 1		12:00 90 мин АЙЕНГАРА ЙОГА Юлия Зал № 2				12:00 90 мин АЙЕНГАРА ЙОГА Юлия Зал № 2				11:00 50 мин РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ Татьяна Т Зал № 1		11:00 50 мин ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА Елена Зал № 1	
11:00 50 мин РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ Елена Зал № 2										11:30 50 мин NEW \$ ТАЗОВОЕ ДНО Ирина Е Зал № 2		12:00 50 мин РАСТЯЖКА И ГИБКОСТЬ Елена Зал № 1	
17:00 50 мин \$ ЛФК-ДЕТИ Альбина Зал № 2		13:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1		13:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1		13:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1				12:00 50 мин ТАНЦЫ ВЫЗОВ Мария Ш Зал № 1			
 С майскими праздниками!		14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 2		14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1		14:00 45 мин ОФП-ДЕТИ Зал № 1				13:00 90 мин АЙЕНГАРА ЙОГА Юлия Зал № 2		15:00 120 мин ВОЛЕЙБОЛ Юстина ФОК БАЖЕНОВА 4/5	
										13:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1			
		14:00 50 мин ЗДОРОВАЯ СПИНА Мария Ш Зал № 1				13:30 50 мин РАСТЯЖКА+МФР Ирина Е Зал № 2							
										15:00 55 мин \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА Илья Тренажерный Зал			
		16:30 55 мин \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА Илья Тренажерный Зал		16:30 55 мин \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА Вероника Тренажерный Зал		16:30 55 мин \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА Илья Тренажерный Зал		16:30 55 мин \$ ПОДРОСТКИ-СИЛА Вероника Тренажерный Зал				18:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
				17:00 50 мин (7-14 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Вячеслав Зал № 1		17:00 50 мин (7-14 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Вячеслав Зал № 1		17:00 50 мин (7-14 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Вячеслав Зал № 1				19:00 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 1	
				18:00 50 мин (7-14 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Вячеслав Зал № 2				18:00 50 мин (7-14 лет) \$ БОКС-ДЕТИ Вячеслав Зал № 2		20:00 50 мин \$ ЗУМБА Михаил Зал № 1		19:00 45 мин АКВА-МИКС Анастасия Бассейн	
				18:00 50 мин ПИЛАТЕС Инна Зал № 1		18:00 50 мин СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Ирина Зал № 1							
		18:30 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2		19:00 50 мин СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Татьяна Т Зал № 1		19:00 50 мин ФИТБОЛ Елена Зал № 1		19:00 50 мин ФИТБОЛ Елена 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 АРЕНДА ЗАЛА (ЗАКРЫТЫЙ УРОК) Зал 2		19:00 50 мин ТАЗОВОЕ ДНО Ирина Е Зал № 2		19:00 50 мин РАСТЯЖКА+МФР Ирина Зал № 2		19:00 50 мин РАСТЯЖКА+МФР Ирина Зал № 2					
АКВА-СТАРТ Ирина Бассейн		19:00 50 мин ЗУМБА Михаил Зал № 1		19:00 45 мин АКВА-ПРО Ирина Бассейн		20:00 50 мин КАЛЛАНЕТИКА Мария Ш Зал № 2		19:00 50 мин ЗУМБА Михаил Зал № 1					
		20:00 50 мин СТЕП NEW Таисия Зал № 1		20:00 90 мин ФИТНЕС ЙОГА Татьяна Т Зал № 2		20:00 90 мин. БОКС Алексей Зал № 1		20:00 50 мин \$ ЛАТИНА *НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 2					
				20:00 \$ ЛАТИНА *НАЧИНАЮЩИЕ Зал № 1		21:00 90 мин БАСКЕТБОЛ Вячеслав Зал № 1		20:00 50 мин СТЕП NEW Таисия Зал № 1					
				21:00 \$ ЛАТИНА *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 1		21:00 50 мин \$ ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК NEW Мария Ш Зал № 2		21:00 50 мин \$ ЛАТИНА *ПРОДОЛЖАЮЩИЕ Зал № 2					