

ЗАЛ АЭРОБИКИ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ВРЕМЯ
9:00		ТАБАТА* МАКСИМ		MT* МАКСИМ		ТАБАТА* МАКСИМ		9:00
10:00		STRETCHING МАКСИМ	ЙОГА* 1,5 ЧАСА НАДЕЖДА	STRETCHING МАКСИМ	ЙОГА* 1,5 ЧАСА НАДЕЖДА	MT КАРИНА		10:00
11:00							REGGAETON КАРИНА	TRX MIX* КСЕНИЯ
12:00						PILATES КАРИНА	СУПЕР ЯГОДИЦЫ КСЕНИЯ	12:00
13:00							STRETCHING КСЕНИЯ	13:00
18:00	ТАБАТА* МАКСИМ	СБЕ НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)	MT* КАРИНА	СБЕ НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)	ТАБАТА* МАКСИМ			18:00
19:00		ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ ТАТЬЯНА		UPPER BODY* КСЕНИЯ	STRETCHING ТАТЬЯНА			19:00
19:30	TRX MIX КАРИНА		REGGAETON КАРИНА					19:30
20:00		STRETCHING ТАТЬЯНА		STRETCHING КСЕНИЯ	ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ ТАТЬЯНА			20:00
20:30	СУПЕР ЯГОДИЦЫ КАРИНА		PILATES КАРИНА					20:30

* - УВАЖАЕМЫЕ КЛИЕНТЫ, ПОЖАЛУЙСТА, ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ, ЧТО ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ В ДАННЫЙ МОМЕНТ ВРЕМЕНИ ПРОВОДЯТСЯ ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСИ НА РЕЦЕПЦИИ ФИТНЕС - ЦЕНТРА, УРОК ПРОВОДИТСЯ ПРИ ЗАПИСИ ОТ ТРЁХ И БОЛЕЕ ЧЕЛОВЕК

