

## ЗАЛ АЭРОБИКИ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
9:00		ТАБАТА+ МАКСИМ		MT+ МАКСИМ		ТАБАТА+ МАКСИМ	
10:00		STRETCHING+ МАКСИМ		STRETCHING+ МАКСИМ		REGGAETON+ КАРИНА	
11:00						PILATES+ КАРИНА	INTERVAL'KA+ КСЕНИЯ
12:00							STRETCHING+ КСЕНИЯ
18:00		СБЕ НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)	MT+ КАРИНА	СБЕ НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)			
18:30	ТАБАТА+ МАКСИМ				ТАБАТА+ МАКСИМ		
19:00		ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ+ ТАТЬЯНА	REGGAETON+ КАРИНА	TRX MIX+ КСЕНИЯ			
19:30	TRX MIX + КАРИНА				STRETCHING+ ТАТЬЯНА		
20:00		STRETCHING+ ТАТЬЯНА	PILATES+ КАРИНА	STRETCHING+ КСЕНИЯ			
20:30	СУПЕР ЯГОДИЦЫ+ КАРИНА				STRIP DANCE+ ТАТЬЯНА		

\* - 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

## ЗАЛ ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
9:00						ЙОГА* 1,5 ЧАСА НАДЕЖДА	
10:00							
12:00						СБЕ НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)	

18:00	FUNCTIONAL FOR KIDS АННА (6 - 8 ЛЕТ)	FUNCTIONAL FOR BABY ЕКАТЕРИНА (3 - 5 ЛЕТ)	FUNCTIONAL FOR KIDS АННА (6 - 8 ЛЕТ)	FUNCTIONAL FOR BABY ЕКАТЕРИНА (3 - 5 ЛЕТ)	FUNCTIONAL FOR KIDS АННА (6 - 8 ЛЕТ)		
19:00	ЙОГА* 1,5 ЧАСА НАДЕЖДА		ЙОГА* 1,5 ЧАСА НАДЕЖДА				
20:00							

## ТРЕНАЖЁРНЫЙ ЗАЛ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
17:00	FIT FOR JUNIORS АННА (12 - 16 ЛЕТ)		FIT FOR JUNIORS АННА (12 - 16 ЛЕТ)		FIT FOR JUNIORS АННА (12 - 16 ЛЕТ)		