

## ЗАЛ ВОСТОЧНЫХ ЕДИНОБОРСТВ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ВРЕМЯ
11:00						<b>FIT FOR BABY</b> АНАСТАСИЯ (3 - 6 ЛЕТ)		11:00
12:00								12:00
14:00						<b>СБЕ FOR KIDS</b> НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)		14:00
15:00						<b>ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК</b> <b>FOR KIDS</b> ВИТАЛИЙ (7 - 12 ЛЕТ)		15:00
17:00		<b>СБЕ FOR JUNIORS</b> НАИЛЬ (12 - 16 ЛЕТ)		<b>СБЕ FOR JUNIORS</b> НАИЛЬ (12 - 16 ЛЕТ)				17:00
18:00								18:00
19:00	<b>FIT FOR KIDS</b> ЮЛИЯ К. (7 - 11 ЛЕТ)	<b>FIT FOR BABY</b> АНАСТАСИЯ (3 - 6 ЛЕТ)	<b>FIT FOR KIDS</b> ЮЛИЯ К. (7 - 11 ЛЕТ)	<b>FIT FOR BABY</b> АНАСТАСИЯ (3 - 6 ЛЕТ)	<b>FIT FOR KIDS</b> ЮЛИЯ К. (7 - 11 ЛЕТ)			19:00
20:00	<b>PILATES</b> КАРИНА							20:00

## ТРЕНАЖЁРНЫЙ ЗАЛ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ВРЕМЯ
13:00						<b>FIT FOR JUNIORS</b> АННА (12 - 16 ЛЕТ)		13:00
17:00	<b>FIT FOR JUNIORS</b> АННА (12 - 16 ЛЕТ)		<b>FIT FOR JUNIORS</b> АННА (12 - 16 ЛЕТ)		<b>FIT FOR JUNIORS</b> АННА (12 - 16 ЛЕТ)			17:00

# ЗАЛ АЭРОБИКИ

ДЕНЬ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ВРЕМЯ
8:00	МФР		STRETCHING		PILATES	НАЧАЛО УРОКА 8:30 ТАБАТА МАКСИМ		8:00
9:00	PILATES	ТАБАТА МАКСИМ	MT	ТАБАТА МАКСИМ	МФР	НАЧАЛО УРОКА В 9:30 ЙОГА 1,5 ЧАСА НАДЕЖДА		9:00
10:00		STRETCHING МАКСИМ		STRETCHING МАКСИМ			FLY FIT (ГАМАКИ) КСЕНИЯ*	10:00
11:00						TRX MIX КАРИНА	INTERVAL'KA КСЕНИЯ	11:00
12:00						PILATES КАРИНА	BODY BALANCE КСЕНИЯ	12:00
13:00						REG-GAETON КАРИНА	ZUMBA АНАСТАСИЯ	13:00
14:00						ТАБАТА FOR JUNIORS ВИТАЛИЙ (12 - 16 ЛЕТ)	STRETCHING - RELAX АНАСТАСИЯ	14:00
15:00						СБЕ FOR JUNIORS НАИЛЬ (12 - 16 ЛЕТ)		15:00
17:00	ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК FOR KIDS ВИТАЛИЙ (7 - 12 ЛЕТ)		ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК FOR KIDS ВИТАЛИЙ (7 - 12 ЛЕТ)		ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК FOR KIDS ВИТАЛИЙ (7 - 12 ЛЕТ)			17:00
18:00	СБЕ FOR KIDS НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)	ТАБАТА FOR JUNIORS ВИТАЛИЙ (12 - 16 ЛЕТ)	СБЕ FOR KIDS НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)	ТАБАТА FOR JUNIORS ВИТАЛИЙ (12 - 16 ЛЕТ)	СБЕ FOR KIDS НАИЛЬ (7 - 11 ЛЕТ)			18:00
19:00	REG-GAETON КАРИНА	MT ДАРЬЯ	PUMP - PUMP КСЕНИЯ	TRX MIX КАРИНА	ТАБАТА КАРИНА			19:00
20:00	ТАБАТА PROF МАКСИМ	ЙОГА 1,5 ЧАСА МАРИЯ	PILATES КСЕНИЯ	ЙОГА 1,5 ЧАСА МАРИЯ	STRETCHING - DANCE КАРИНА			20:00
21:00	STRETCHING МАКСИМ		MT КСЕНИЯ		REG-GAETON КАРИНА			21:00