

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ
для взрослых (18 лет и старше)

с 28 мая по 3 июня 2018

| | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | суббота | воскресенье | |
|-------|-----------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------|
| 8:00 | | POWER BALL 306 Юлия | | FIT- BOX 206 Юлия | | | | 8:00 |
| 9:00 | ABT 209 Юлия | SPIN 😊 310 Юлия | IRON CROSS | AIR YOGA 😊 312 Люба | YOGA 312 Александр | | | 9:00 |
| | YOGA 312 Александр | STEP 209 Петр | | POWER BALL 306 Катя | SPIN 😊 310 Юлия | | | |
| 10:00 | SPIN 😊 311 Юлия | FUNCTIONAL 209 Петр | bodyART 209 Катя | AB + STRETCH 306 Катя | 10:30 AIR YOGA 312 Виктория | HOT IRON 209 Юлия | SPIN 😊 311 Петр | 10:00 |
| | PortDeBras 209 Наташа | TRX 😊 206 Катя | AQUA MIX бассейн Наташа | FUNCTIONAL 209 Петр | AQUA MIX бассейн Наташа | PILATES 306 Дарья | | |
| 11:00 | AB + STRETCH 306 Юлия | ABT 209 Катя | STRETCH 306 Юлия | PILATES BEGIN 306 Виктория | STEP BEGIN 209 Юлия В | FLEX&RELAX 306 Дарья | HOT IRON 209 Петр | 11:00 |
| | AQUA MIX бассейн Наташа | | | SWIMMING бассейн Андрей П | | AB + STRETCH 209 Юлия | AQUA MIX бассейн Наташа | |
| 12:00 | PILATES 306 Виктория | AB + STRETCH 306 Катя | FUSION 306 Юлия | FLEX&RELAX 306 Виктория | AB + STRETCH 306 Виктория | AQUA BEGIN бассейн Наташа | FUNCTIONAL 209 Петр | 12:00 |
| | | | | | STRIP DANCE 209 Юлия В | FUSION 306 Юлия | ЦИГУН 303 Юра | |
| 13:00 | YOGA 312 Марина | | SPIN 😊 311 Юлия | YOGA 312 Марина | LATINA DANCE 209 Алексей | YOGA 312 Марина | PortDeBras 209 Наташа | 13:00 |
| | | | YOGA 312 Марина | AB + STRETCH 306 Юлия | | ABT 209 Юлия | Шаолин. футбол 303 Юра | |
| 14:00 | | | | БАЛЬНЫЕ 209 Алексей | | SPIN 😊 310 Юлия | AQUA BEGIN бассейн Наташа | 14:00 |
| 15:00 | HOT IRON 209 Юлия | AQUA MIX бассейн Олеся | AQUA BEGIN бассейн Наташа | IRON CROSS | AQUA MIX бассейн Наташа | STRETCH 306 Юлия | | 15:00 |
| | | | БАЛЬНЫЕ 209 Алексей | | | | | |
| 16:00 | STRETCH 306 Юлия | bodyART 209 Катя | УШУ 303 Юра | bodyART 209 Катя | 15:45 УШУ 303 Юра | | | 16:00 |
| | | | PortDeBras 209 Наташа | | | | | |
| 17:30 | | | Шаолин. футбол 303 Юра | | Шаолин. футбол 303 17:15 Юра | | | 17:30 |
| 18:00 | YOGA 312 Марина | FUNCTIONAL 209 Петр | AQUA FITNESS бассейн Наташа | ABT 209 Петр | POWER BALL 306 Виктория | | | 18:00 |
| | ABT 209 Юлия | AQUA BEGIN бассейн Олеся | FUNCTIONAL 209 Юлия | YOGA 312 Марина | bodyART 209 Катя | | | |
| | AQUA MIX бассейн Олеся | PILATES 306 Виктория | | PILATES 306 Виктория | | | | |
| | 18:30 БОКС 303 Николай | | | 18:30 БОКС 303 Николай | | | | |
| 19:00 | POWER BALL 306 Виктория | STEP 209 Петр | FUSION 306 Юлия | STEP 209 Петр | STEP 209 Петр | | | 19:00 |
| | SPIN 😊 310 Люба | SWIMMING бассейн Андрей П | SPIN 😊 310 Люба | | | | | |
| | AB + STRETCH 209 Юлия | FLEX&RELAX 306 Виктория | | | | | | |
| 20:00 | AIR YOGA 😊 312 Люба | | AB + STRETCH 209 Юлия | HOT IRON 209 Петр | | | | 20:00 |
| | | | AIR YOGA 😊 312 Люба | | | | | |
| | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | суббота | воскресенье | |

ЗНАЧЕНИЕ ОБОЗНАЧЕНИЙ

12:15 НЕСТАНДАРТНОЕ
ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ
ТРЕНИРОВКИ

😊 ТРЕНИРОВКА ТРЕБУЕТ
ПРЕДВАРИТ. ЗАПИСИ

₽ ПЛАТНАЯ ТРЕНИРОВКА
БИЗНЕС-КЛАСС

New НОВАЯ ТРЕНИРОВКА

ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

АЭРОБНЫЕ КЛАССЫ

СИЛОВЫЕ КЛАССЫ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАССЫ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КЛАССЫ

КЛАССЫ ЕДИНОБОРСТВА

ВОДНЫЕ КЛАССЫ

**ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ
ПЛАТНЫЙ БИЗНЕС КЛАСС**

**РАСПОЛОЖЕНИЕ
ГРУППОВЫХ ЗАЛОВ**

**1 этаж
БАСЕЙН**

2 этаж

206 СТУД. ФИТБОКСА И TRX
209 ЗАЛ ГРУП. ПРОГРАММ

3 этаж

303 СТУДИЯ ЕДИНОБОРСТВ
306 ЗАЛ ГРУП. ПРОГРАММ
311 САЙКЛ СТУДИЯ
312 СТУДИЯ ЙОГИ
309 СТУДИЯ ПЕРС.ТРЕНИНГА