

Внимание!

!!! ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ИЗМЕНЕНИЯ СТУДИЙ !!!

Хороших тренировок!

	02.сен	03.сен	04.сен	05.сен	06.сен	07.сен	08.сен	
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	
08:00								08:00
09:00	YOGA Айенгара 90 мин 312	HOT IRON 2 209		SCULPT 209	YOGA Айенгара 90 мин 312			09:00
	SPIN 311 ☺	YOGA 55 мин 312	45/15 PUMP 209	YOGA 55 мин 312	SPIN 311 ☺			
10:00	45/15 PUMP 209	ABT 209	bodyART 209	FUNCTIONAL 209	HIIT 209	YOGA Айенгара 90 мин 312 BEGIN		10:00
11:00	DYNAMIC STRETCH 306	bodyART stretch 209	STRIP DANCE 209	AB+STRETCH 209	STRETCH 306	SCULPT 209	SCULPT 209	11:00
12:00	PILATES 306		FUSION 306	PILATES 306	FUSION 306	STRETCH 306	FUNCTIONAL 209	12:00
			LATINA 209					
13:00				FLEX&RELAX 306	O2 306	DANCE MIX 306	AB+STRETCH 306	13:00
14:00			YOGA Айенгара 90 мин 312 BEGIN			YOGA 90 мин 312		14:00
15:00		Здоровая спина 306						15:00
16:00	45/15 209	SCULPT 209						16:00
17:00					STEP 209			17:00
18:00	SCULPT 209	PILATES 306	ABT 209	PILATES 306	SCULPT 209			18:00
	YOGA 90 мин 312	PUMP МК 209	DANCE MIX 306	ZUMBA МК 209	YOGA 55 мин 306			
	Шаолин. футбол 303	SPIN 311 ☺						
19:00	STEP 209	FLEX&RELAX 306	FUNCTIONAL 209	FLEX&RELAX 306	SPIN 311 ☺			19:00
	POWER BALL 306	ZUMBA МК 209	БОКС 303	YOGA 55 мин 312	Шаолин. футбол 303			
	БОКС 303			STRONG Nation МК 209				
20:00					AIR YOGA 90 мин 312 ☺			20:00



Обязательная
запись

КЛАССЫ

АЭРОБНЫЕ

СИЛОВЫЕ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ

ЕДИНОБОРСТВА

РАЗУМ И ТЕЛО

ВОДНЫЕ

Уважаемые резиденты, записывайтесь, пожалуйста, на тренировки (Смс, Viber или WhatsApp на номер 8-980-740-04-17). Запись осуществляется с ВОСКРЕСЕНЬЯ! Оповещение об отменах и заменах осуществляется согласно предварительной записи.

Просим своевременно выписываться с тренировки! Это место ждет другой резидент клуба :)