

Уважаемые резиденты, записывайтесь, пожалуйста, на тренировки (Viber или WhatsApp или звонок на номер 8-980-740-04-17, возможна также запись в самом клубе). Оповещение об отменах и заменах осуществляется согласно предварительной записи.

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	время
10:00			AQUA MIX 14-16 лет бассейн		AQUA MIX 14-16 лет бассейн		SWIMMING 14-16 лет бассейн	10:00
			FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304		БОКС 12-13 лет 303			
11:00			SWIMMING 7-11 лет Бассейн					11:00
12:00						БОКС 12-13 лет 303	STRETCH 12-13 лет 304	12:00
13:00						SWIMMING 12-13 лет бассейн	SWIMMING 12-13 лет бассейн	13:00
14:00								14:00
15:00		AQUA MIX 14-16 лет бассейн						15:00
16:00				AQUA MIX 14-16 лет бассейн				16:00
17:00	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303				УШУ 12-13 лет 303			17:00
18:00	Шаолин. Футбол 14-16 лет 303			DanceMix 12-13 лет Зал 304	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303			18:00
	STRETCH 12-13 лет Зал 306	Здоровая спина 12-14 лет 304	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304	PILATES BEGIN 14-16 лет 306				
19:00		БОКС 12-13 лет 304	STRETCH 12-13 лет 304	SWIMMING 12-13 лет бассейн	STRETCH 12-13 лет 306			19:00
			DanceMix 14-16 лет Зал 306	FLEX&RELAX 14-16 лет 306	Шаолин. Футбол 14-16 лет 303			
20:00		SWIMMING 12-13 лет бассейн						20:00

Функциональные классы
Силовые классы
Разум и тело, растяжка
Единоборства, активные игры
Танцевальные классы
Водные программы

₽ платная тренировка, по записи