

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 Лена		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		SWIMMING 14-16 лет бассейн Полина	10:00
			DanceMix 12-13 лет Зал 304 Настя		БОКС 12-13 лет 303 Ваня		Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Антон	
11:00			SWIMMING 7-11 лет Бассейн Андрей				Шаолин. Футбол 14-16 лет 303 Антон	11:00
12:00							STRETCH 12-13 лет 306 Настя	12:00
13:00						DanceMix 12-13 лет Зал 304 Настя	SWIMMING 12-13 лет бассейн Марк	13:00
14:00						SWIMMING 12-13 лет Бассейн Ксюша		14:00
15:00		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		Здоровая спина 14-16 209 Лена				15:00
16:00				AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена				16:00
17:00					УШУ 12-13 лет 303 Юра			17:00
18:00	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 206 Петр	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		DanceMix 12-13 лет Зал 304 Арина	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Юра			18:00
		Здоровая спина 12-14 лет 303 Петр	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304 Петр		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена			
19:00	DanceMix 12-13 лет Зал 304 Арина	БОКС 12-13 лет 304 Ваня	STRETCH 12-13 лет 304 Петр	SWIMMING 19:15 12-13 лет бассейн Полина	STRETCH 12-13 лет 306 Петр		Шаолин. Футбол 14-16 лет 303 Юра	19:00
20:00		SWIMMING 12-13 лет бассейн Полина	ART-СРЕДА 12-13 лет ДК Арина	STRETCH 12-13 лет 306 Арина				20:00

Функциональные классы

Силовые классы

Разум и тело, растяжка

Единоборства, активные игры

Танцевальные классы

Водные программы



платная тренировка, по записи