

Расписание групповых прог

	Понедельник		Вторник		Среда	
7:20						
7:30			SUPER STRONG Сауле (3)		ABS+FLEX Ася (3)	
8:00					BOXING Самат (Б)	
8:30			ABS+FLEX Сауле (3)		STEP Ася (3)	
9:10						
9:30	BOXING Самат (Б)					
10:30						
11:00						
12:00	CROSS FIT + STRENGHT CORE Кайсар (3)	YOGA BEG Вадим (1)	STEP INTERVAL Максим (3)		SALSA Паша (1)	YOGA Вадим (2)
					CROSS FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (3)	
13:00	SUPER STRONG Кайсар (3)	YOGA Чингиз (1)	ZUMBA!!! Дмитрий (1)		SUPER STRONG Кайсар (3)	YOGA Чингиз (1)
	BOXING Самат (Б)		SCULPT (3) Оля		ZUMBA !!! Паша (2)	BOXING Самат (Б)
14:00	STRETCH Кайсар (3)		ABS+FLEX Оля (3)	LATINO MIX Дмитрий (1)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	
15:00						

16:00				
17:00				
18:00				
18:30				ARGENTINE TANGO Паша (1)
19:00	LB+ABS Ася (3)	STEP INTERVAL Юлия (3)		UB+ABS Ася (3)
	ZUMBA !!! Лолита (1)	YOGA Чингиз (1)	POLE DANCE Юля (2)	
19:30	BOXING Самат (Б)			SALSA Паша (1) BOXING Самат (Б)
20:00		SCULPT Юлия (3)		FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (3)
		STRIP PLASTIC Юля (1)		
20:30				
21:00		ABS+FLEX Юлия (3)		ABS+FLEX Кайсар (3)

Уважаемые участники программ, просьба заранее записываться на программы!



Выделенные программы будут проводиться **ТОЛЬКО** при наличии предварительной за

Запись на программы должна осуществля

рамм фитнес клуба с 07 января по 13 января 2019 года

Четверг		Пятница		Суббота	
YOGA (2) Линара					
SPINNING Сауле 4)		SCULPT Ася (3)			
		BOXING Самат (Б)			
GYM (UB+ABS) Сауле (3)		STRETCH Ася (3)			
				TRACKING 30 +ABS Кайсар (К) (1)	
				YOGA Линара (2)	
				BODY BALANCE Кайсар (3)	
				BOXING Самат (Б)	KIZOMBA Паша (1)
STEP INTERVAL Юлия (3)		SPINNING Кайсар (4)	YOGA BEG Вадим (2)	BACHATA Паша (1)	STRETCH Оля (3)
		KIZOMBA/BACHATA Паша (3)			
FT (3) Оля		GYM LB+ABS Дмитрий (ТЗ)	YOGA Чингиз (1)	ZUMBA !!! Паша (1)	
LATINO MIX Дмитрий (1)		ZUMBA !!! Паша (3)	BOXING Самат (Б)		
STRETCH Оля (3)	PORT DE BRAS Дмитрий (1)	BODY BALANCE Кайсар (3)			

		YOGA Вадим (1)
		YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)
	ZUMBA!!! Паша (1)	
STEP INTERVAL Юлия (3)		
YOGA Чингиз (1)	POLE DANCE Юля (2)	
	KIZOMBA/BACHATA Паша (1)	
	UB+ABS Оля (3)	BOXING Сагат (Б)
LB+ABS Юлия (3)		
STRIP PLASTIC Юля (1)		
	STRETCH Оля (3)	
STRETCH Юлия(3)		

аписи, не менее, чем за 4 часа до начала программы. Тел.: 344 13 24, 344 13 25, 344 13 26

гться не позднее 23:00!

Воскресенье	
	7:20
	7:30
	8:00
	8:30
	9:10
	9:30
	10:30
	11:00
SCULPT Максим (3)	12:00
ABS+FLEX Максим (3)	13:00
STRIP PLASTIC Юля (2)	14:00
POLE DANCE Юля (2)	15:00

	16:00
	17:00
	18:00
	18:30
	19:00
	19:30
	20:00
	20:30
	21:00

Зал №1

Зал №2

Зал №3

Студия спиннинга
Кардиозона



Зал бокса