Расписание групповых программ фитнес клуба с 10 июня по 16 июня 2019 года

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	
7:30	ZUMBA!!!! Ася (3)	SUPER STRONG Сауле (3)	ABS+FLEX Юлия (3)	SPINNING Сауле 4) / YOGA Линара (2)	SCULPT Ася (3) / PILATES Юлия (1)			7:30
8:00	BOXING Самат (Б)		BOXING Самат (Б)		BOXING Самат (Б)			8:00
8:30	STRETCH Ася (3)	ABS+FLEX Сауле (3)	SCULPT Юлия (3)	GYM (UB+ABS) Сауле (3)	STRETCH Ася (3)			8:30
9:10						TRACKING 30 +ABS Кайсар (К) (1)		9:10
9:30								9:30
10:30						BODY BALANCE Кайсар (3)		10:30
11:00						BOXING Самат (Б) / KIZOMBA Паша (1)		11:00
12:00	CROSS FIT + STRENGHT CORE Кайсар (3) / YOGA BEG Вадим (1)	STEP INTERVAL Максим (3) / THAI BOXING Эмиль (Б)	SALSA Паша (1) / YOGA Вадим (2); CROSS FIT FIGHTERS Кайсар (3)	STEP INTERVAL Максим (3) / PILATES Юлия (1); THAI BOXING Эмиль (Б)	SPINNING Кайсар (4) / YOGA BEG Вадим (2); KIZOMBA/BACHATA Паша (3)	BACHATA Паша (1); STRETCH Максим (3)	SCULPT Максим (3)	12:00
13:00	SUPER STRONG Кайсар (3) / YOGA Мирлан (1); BOXING Самат (Б)	BALLROOM Ярослав (1); FT Максим (3)	SUPER STRONG Кайсар (3) / YOGA Мирлан (1); ZUMBA !!! Паша (2) / BOXING Самат (Б)	FT Максим (3); LATINO MIX Ярослав (1)	GYM LB+ABS Дмитрий (ТЗ) / YOGA Мирлан (1); ZUMBA !!! Паша (3) / BOXING Самат (Б)	ZUMBA !!! Паша (1)	ABS+FLEX Максим (3)	13:00
14:00	STRETCH Кайсар (3)	ABS+FLEX Максим (3) / LATINO MIX Ярослав (1)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	STRETCH Максим (3) / BALLROOM Ярослав (1)	BODY BALANCE Кайсар (3)		STRIP PLASTIC Юля (2)	14:00
15:00							POLE DANCE Юля (2)	15:00
16:00								16:00
17:00						YOGA Вадим (1)		17:00
18:00						YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)		18:00
18:30	LATINO MIX Ярослав (1)	STEP INTERVAL Юлия (3)	LATINO MIX Ярослав (1)	STEP INTERVAL Юлия (3)	BACHATA Ярослав (1)			18:30
19:00	LB+ABS Ася (3)	YOGA Мирлан (1) / POLE DANCE Юля (2)	UB+ABS Ася (3)	YOGA Мирлан (1) / POLE DANCE Юля (2)				19:00
19:30	BOXING Самат (Б)	SCULPT Юлия (3)	SALSA Ярослав (1) / BOXING Самат (Б)	LB+ABS Юлия (3)	LATINO MIX Ярослав (1); UB+ABS Дмитрий (ТЗ) / BOXING Самат (Б)			19:30
20:00	BODY MIX Ася (3)	STRIP PLASTIC Юля (1)		STRIP PLASTIC Юля (1)				20:00
20:30		ABS+FLEX Юлия (3)	STRENGHT CORE Кайсар (3)	STRETCH Юлия(3)	STRETCH Оля (3)			20:30
21:00	ABS+FLEX Ася (3)							21:00

Зал №1
Зал №2
Студия спиннинга
Кардиозона
Зал бокса

Уважаемые участники программ, просьба заранее записываться на программы!

Внимание !!! При наличии 1 человека на программе, программа не проводится!

Выделенные программы будут проводиться ТОЛЬКО при наличии предварительной записи, не менее, чем за 4 часа до начала программы. Тел.: 344 13 24, 344 13 25, 344 13 26

Запись на программы должна осуществляться не позднее 23:00!