

**ВСЕ ТРЕНИРОВКИ ПО ЗАПИСИ (по телефону 67-25-91 ИЛИ СООБЩЕНИЕМ В VIBER ИЛИ WhatsApp на номер 8-980-740-04-17)**

	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	
08:00				FIT BOX 209 Юлия				08:00
09:00	SCULPT 209 Петр	ЙОГА 312 Евгений	HIT 209 Катя	POWER BALL 306 Катя	YOGA 312 Александр	PILATES 306 Дарья	HOT IRON 209 Лена	09:00
	YOGA 312 Александр	SPIN 311 Петр		ЙОГА 312 Евгений	STEP 209 Олег			
10:00	SPIN 311 Петр	AB+STRETCH 209 Петр	bodyART 209 Катя	AB+STRETCH 209 Юлия	ABT 209 Петр	SCULPT 209 Юлия	AQUA BEGIN бассейн Лена	10:00
	AQUA MIX бассейн Лена		AQUA MIX бассейн Лена	PILATES 306 Дарья	AQUA MIX бассейн Лена	FLEX&RELAX 306 Дарья		
11:00	Санитарный час							11:00
12:00	PILATES 306 Дарья	SCULPT 209 Аня	FUSION 306 Юлия	FLEX&RELAX 306 Дарья	FLEX&RELAX 306 Вика	ZUMBA 209 Сергей По	ABT 209 Лена	12:00
			YOGA 12:30 312 Марина			YOGA 12:30 312 Марина		
13:00					БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	ABT 209 Юлия	FLEX&RELAX 306 Лена	13:00
14:00	Санитарный час							14:00
15:00	YOGA 312 Марина	AQUA MIX бассейн Олеся	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Марина	AQUA MIX бассейн Олеся			15:00
	LATINA DANCE 209 Алексей		Шаолин. футбол 303 Юра		Шаолин. футбол 303 Юра			
16:00	bodyART Flow 306 Дарья		ABT 209 Аня	HOT IRON 2 209 Аня				16:00
17:00	Санитарный час							17:00
18:00	AB+STRETCH 209 Петр	ZUMBA 209 Сергей По	FUNCTIONAL 306 Аня	HIT 209 Аня	bodyART 209 Катя			18:00
	YOGA 312 Марина	PILATES 306 Вика	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Марина				
	AQUA MIX бассейн Олеся		AQUA MIX бассейн Лена	PILATES 306 Вика				
19:00	STEP 209 Петр	STRONG NATION 209 Сергей По	ABT 209 Аня	ZUMBA 209 Сергей По				19:00
	POWER BALL 306 Вика	FLEX&RELAX 306 Вика	SPIN МАРАФОН 2 часа 311 Люба	FLEX&RELAX 306 Вика				
	SPIN 311 Люба							
20:00				PUMP 209 Сергей По				20:00
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	

**ВСЕ ТРЕНИРОВКИ ПО ЗАПИСИ (по телефону 67-25-91 ИЛИ СООБЩЕНИЕМ В VIBER ИЛИ WhatsApp на номер 8-980-740-04-17)**

ЗНАЧЕНИЕ ОБОЗНАЧЕНИЙ

**12:15** НЕСТАНДАРТНОЕ  
ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ  
ТРЕНИРОВКИ

☺ ТРЕНИРОВКА ТРЕБУЕТ  
ПРЕДВАРИТ. ЗАПИСИ

Р ПЛАТНАЯ ТРЕНИРОВКА  
БИЗНЕС КЛАСС

New НОВАЯ ТРЕНИРОВКА

АЭРОБНЫЕ КЛАССЫ

СИЛОВЫЕ КЛАССЫ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ КЛАССЫ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ КЛАССЫ

КЛАССЫ ЕДИНОБОРСТВ

ВОДНЫЕ КЛАССЫ

РАЗУМ И ТЕЛО

Дополнительный  
платный бизнес класс

РАСПОЛОЖЕНИЕ ГР. ЗАЛОВ

**1 этаж**

БАССЕЙН

**2 этаж**

206 СТУД. ФИТБОКСА И TRX

209 ЗАЛ ГРУП. ПРОГРАММ

**3 этаж**

306 ЗАЛ ГРУП. ПРОГРАММ

309 СТУДИЯ ПЕРС. ТРЕНИНГА

311 САЙКЛ СТУДИЯ

**УВАЖАЕМЫЕ РЕЗИДЕНТЫ!**

Напоминаем вам правила посещения клуба:

1. ВХОДИТЬ В КЛУБ И ПЕРЕДВИГАТЬСЯ ПО НЕМУ НЕОБХОДИМО В МАСКЕ;
2. ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВКИ МАСКА ВАМ НЕ ПОТРЕБУЕТСЯ;
3. НЕ ЗАБУДЬТЕ ВЗЯТЬ КЛУБНУЮ КАРТУ ДЛЯ БОЛЕЕ БЫСТРОГО ВХОДА;
4. НЕ ЗАБУДЬТЕ ВЗЯТЬ СВОЕ ПОЛОТЕНЦЕ И БУТЫЛКУ ДЛЯ ВОДЫ;
5. ВАЖНО СОБЛЮДАТЬ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ
6. СТАРАЙТЕСЬ ЧАЩЕ ОБРАБАТЫВАТЬ РУКИ КОЖНЫМИ АНТИСЕПТИКАМИ

**Желаем Вам хороших тренировок!**