


**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								08:00
09:00	SCULPT 209 Аня	<b>HIT</b> 209 Катя	SPIN 311 Аня	POWER BALL 306 Катя	YOGA 312 Александр	PILATES 306 Дарья	HOT IRON 2 209 Лена	09:00
	YOGA 312 Александр	ЙОГА 312 Евгений		ЙОГА 312 Евгений	STEP 209 Олег			
10:00	SPIN 311 Аня	bodyART 209 Катя	РУМБА 209 Юлия В	TRX 206 Катя	АВТ 209 Юлия	SCULPT 209 Аня	AQUA BEGIN бассейн Лена	10:00
	AQUA MIX бассейн Лена		AQUA MIX бассейн Лена	PILATES 306 Виктория	AQUA MIX бассейн Лена	FLEX&RELAX 306 Дарья		
11:00	<b>Санитарный час</b>							11:00
12:00	FUSION 306 Юлия	SCULPT 209 Юлия	FUSION 306 Юлия	FLEX&RELAX 306 Виктория	РУМБА 209 Юлия В	YOGA 12:30 312 Диана	АВТ 209 Лена	12:00
			YOGA 12:30 312 Диана				Шаолин. футбол 303 Юра	
13:00	LATINA DANCE 209 Алексей					АВТ 209 Аня	FLEX&RELAX 306 Лена	13:00
14:00	<b>Санитарный час</b>							14:00
15:00	YOGA 312 Евгений		БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Евгений				15:00
16:00	bodyART FLOW 209 Дарья	FUSION 306 Юлия	АВТ 209 Аня	SCULPT 209 Аня				16:00
17:00	<b>Санитарный час</b>							17:00
18:00	BOSU 306 Сергей По	ZUMBA 209 Сергей По	STRONG NATION 209 Сергей По	АВ+STRETCH 306 Аня	bodyART 209 Катя			18:00
	AQUA MIX бассейн Олеся	PILATES 306 Виктория	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Диана	AQUA MIX бассейн Олеся			
19:00	STEP 209 Сергей По	STRONG NATION 209 Сергей По	ZUMBA 209 Сергей По	АВ+STRETCH 209 Аня	Шаолин. футбол 303 Юра			19:00
	АВ+STRETCH 306 Юлия	FLEX&RELAX 306 Виктория	SPIN 311 Люба	FLEX&RELAX 306 Виктория				
20:00	AIR YOGA 312 Люба		AIR YOGA 312 Люба	HOT IRON 2 209 Аня				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

**P** 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**

**БАСЕЙН**

**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 БУТЫЛКУ ДЛЯ ВОДЫ;
5. ВАЖНО СОБЛЮДАТЬ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ
6. СТАРАЙТЕСЬ ЧАЩЕ ОБРАБАТЫВАТЬ РУКИ КОЖНЫМИ АНТИСЕПТИКАМИ

**Желаем Вам хороших тренировок!**