

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	
09:00	SCULPT 209 Петр	HIT 209 Катя	SPIN 311 Петр	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 Петр	bodyART 209 Катя	РУМБА 306 Юлия В	TRX 206 Катя	АВТ 209 Юлия	SCULPT 209 Юлия	AQUA BEGIN бассейн Лена	10:00
	AQUA MIX бассейн Лена		SCULPT 209 Петр	PILATES 306 Виктория	AQUA MIX бассейн Лена	FLEX&RELAX 306 Дарья		
11:00	Санитарный час							11:00
12:00	PILATES 306 Дарья	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				БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	АВТ 209 Юлия	FLEX&RELAX 306 Лена	13:00
14:00	Санитарный час							14:00
15:00	YOGA 312 Евгений	AQUA MIX бассейн Лена	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Евгений	AQUA MIX бассейн Олеся			15:00
	bodyART FLOW 209 Дарья	Athletic stretch 306 Наташа	АВТ 209 Аня	SCULPT 209 Аня				
16:00	Санитарный час							16:00
17:00	BOSU 306 Петр	HOT IRON 2 209 Петр	FUNCTIONAL 306 Аня	АВ+STRETCH 209 Аня	bodyART 209 Катя			17:00
	AQUA MIX бассейн Олеся	PILATES 306 Виктория	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Диана				
18:00			AQUA MIX бассейн Лена	PILATES 306 Виктория				18:00
	STEP 209 Петр	FUNCTIONAL 306 Петр		HIT 209 Аня	Шаолин. футбол 303 Юра			
	АВ+STRETCH 306 Виктория	FLEX&RELAX 306 Виктория	SPIN 311 Люба	FLEX&RELAX 306 Виктория				
19:00	SPIN 311 Люба							19:00
	AIR YOGA 312 Люба		AIR YOGA 312 Люба	HOT IRON 2 209 Аня				
20:00	Санитарный час							20:00

ЗНАЧЕНИЕ ОБОЗНАЧЕНИЙ
НЕСТАНДАРТНОЕ
12:15 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

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

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!