

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

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**
- 3 этаж**
- 206 СТУД. ФИТБОКСА И TRX
- 209 ЗАЛ ГРУП. ПРОГРАММ
- 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!