

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 Вика	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	AB+STRETCH 306 Юлия	SCULPT 209 Петр	PILATES 306 Вика	AQUA MIX бассейн Лена	FLEX&RELAX 306 Вика		
11:00	Санитарный час							11:00
12:00	PILATES 306 Дарья	SCULPT 209 Юлия	FUSION 306 Юлия	FLEX&RELAX 306 Вика	РУМБА 209 Юлия В	YOGA 12:30 312 Марина	SCULPT 209 Лена	12:00
			YOGA 12:30 312 Марина			ZUMBA 209 Анна	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 Марина	AQUA MIX бассейн Лена	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Марина	AQUA MIX бассейн Лена			15:00
16:00	bodyART FLOW 209 Дарья	Athletic stretch 306 Наташа	АВТ 209 Наташа	SCULPT 209 Наташа				16:00
17:00	Санитарный час							17:00
18:00	BOSU 306 Петр	PILATES 306 Дарья	POWER BALL 306 Наташа	STEP 209 Петр	bodyART 209 Катя			18:00
	AQUA MIX бассейн Олеся	HOT IRON 209 Петр	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	YOGA 312 Марина				
19:00	YOGA 312 Марина		AQUA MIX бассейн Лена	PILATES 306 Вика				19:00
	STEP 209 Петр	FUNCTIONAL 209 Петр	Athletic stretch 306 Лена	FUNCTIONAL 209 Петр	Шаолин. футбол 303 Юра			
	AB+STRETCH 306 Вика	FLEX&RELAX 306 Дарья	ZUMBA 209 Анна	FLEX&RELAX 306 Вика				
20:00	SPIN 😊 311 Юлия							20:00
	AIR YOGA 312 Вика			HOT IRON 209 Петр				
	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 БУТЫЛКУ ДЛЯ ВОДЫ;
5. ВАЖНО СОБЛЮДАТЬ СОЦИАЛЬНУЮ ДИСТАНЦИЮ
6. СТАРАЙТЕСЬ ЧАЩЕ ОБРАБАТЫВАТЬ РУКИ КОЖНЫМИ АНТИСЕПТИКАМИ

Желаем Вам хороших тренировок!