

Внимание! 1. СРЕДА 24.02.2021 **SPIN МАРАФОН 2 часа!** Успейте записаться!

	22.фев	23.фев	24.фев	25.фев	26.фев	27.фев	28.фев	
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	
09:00	YOGA Айенгара 90 мин 312 Александр	HOT IRON 2 209 Петр	AIR YOGA в 8:30 312 Люба	POWER BALL 306 Лена	YOGA Айенгара 90 мин 312 Александр	PILATES 306 Вика		09:00
	SPIN 311 Люба	Р ЙОГА 90 мин 312 Евгений	STEP 209 Петр	ЙОГА 55 мин 312 Евгений	SPIN 311 Лена			
10:00	Port De Bras 209 Люба	bodyART 209 Дарья	АВТ 209 Петр	TRX 206 Лена	HIIT 209 Наташа	FLEX&RELAX 306 Вика	SWIMMING бассейн Андрей П.	10:00
	AQUA MIX бассейн Олеся		AQUA MIX бассейн Лена.		AQUA MIX бассейн Лена.	AQUA MIX бассейн Лена.		
11:00	FLEX&RELAX 306 Вика	PILATES 306 Дарья	LADIES DANCE 209 Полина	АВ+STRETCH 306 Лена	STRETCH 306 Наташа	ТАБАТА 209 Лена	FIT BOX 209 Петр	11:00
12:00	POWER BALL 306 Вика	FLEX&RELAX 306 Дарья	FUSION 306 Лена	PILATES BEGIN 306 Вика		ZUMBA 209 Анна	HOT IRON 209 Петр	12:00
13:00	LATINA DANCE 209 Алексей	DANCE MIX 209 Полина	YOGA Айенгара 120 мин 312 Марина	FLEX&RELAX 306 Вика	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	FACTS 209 Лена	Шаолин. Футбол в 12:00 303 Юра	13:00
						YOGA Айенгара 120 мин 312 Марина	АВ+STRETCH 209 Петр	
14:00	YOGA Айенгара 120 мин 312 Марина	SCULPT 209 Лена				АВТ 209 Лена	YOGA Айенгара 120 мин 312 Марина	14:00
15:00		AQUA MIX бассейн Лена.	БАЛЬНЫЕ 209 Алексей	BOSU 306 Петр	SPIN 311 Люба			15:00
16:00			АТЛЕТИК STRETCH 306 Наташа	HOT IRON 2 209 Петр	AIR YOGA 55 мин 312 Люба			16:00
17:00								17:00
18:00			IRON CROSS 209 Лена	PILATES BEGIN 306 Вика	bodyART 209 Катя			18:00
			LATINA DANCE 306 Алексей	STEP 209 Петр				
			SPIN марафон 120мин 311 Люба					
19:00	БОКС 303 Илья		ZUMBA 209 Анна	HIIT 209 Наташа	Шаолин. футбол 303 Юра			19:00
			ЙОГА 55 мин 312 Евгений	FLEX&RELAX 306 Вика	TRX 206 Катя			
			AQUA MIX бассейн Лена.	SPIN 311 Петр				
20:00			БОКС В 19:00 303 Илья					20:00
			STRETCH 306 Наташа					



Обязательная запись



Платный класс



Новая тренировка

КЛАССЫ

АЭРОБНЫЕ

СИЛОВЫЕ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ

ЕДИНОБОРСТВА

РАЗУМ И ТЕЛО

ВОДНЫЕ

При входе НАДЕНЬТЕ МАСКУ. При симптомах заболевания оставайтесь дома.

Уважаемые резиденты, записывайтесь, пожалуйста, на тренировки (Смс, Viber или WhatsApp на номер 8-980-740-04-17). Оповещение об отменах и заменах осуществляется согласно предварительной записи.

Просим своевременно выписываться с тренировки! Это место ждет другой резидент клуба :)