

При входе НАДЕНЬТЕ MASKY. При симптомах заболевания оставайтесь дома.

Уважаемые резиденты, записывайтесь, пожалуйста, на тренировки (Viber или WhatsApp или звонок на номер 8-980-740-04-17, возможна также запись в самом клубе). Оповещение об отменах и заменах осуществляется согласно предварительной записи.

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	время
10:00	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	FUNCTIONAL 12-13 лет 304 Дарья Б	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена			10:00
		body ART 15-16 лет 209 Катя		POWER BALL 09:00 14-16 лет 306 Катя				
11:00	DINAMIC STRETCH 14-16 лет 306 Ктыф	SWIMMING 12-13 лет бассейн Данила	LADIES DANCE 14-16 лет 209 Анастасия	FLEX&RELAX 12-13 лет 304 Виктория	STRETCH 14-16 лет 306 Наташа	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Полина Ф.	AB+STRETCH 15-16 лет 306 Полина	11:00
		PILATES 14-16 лет 306 Виктория		AB+STRETCH 15-16 лет 306 Лена	SWIMMING 14-16 лет бассейн Ольга	Каратэ 12-13 лет Зал 303 Ирина		
12:00	POWER BALL 14-16 лет 306 Юлия	FLEX&RELAX 14-16 лет 306 Виктория		PILATES BEGIN 14-16 лет 306 Виктория		body ART 15-16 лет 209 Катя	SWIMMING 12-13 лет Бассейн Ольга	12:00
	SWIMMING 12-13 лет Бассейн Ольга					YOGA 90 мин. 14-16 лет 312 Антон	AFRO DANCE 14-16 лет 209 Полина	
13:00	LATINA DANCE 14-16 лет 209 Алексей		YOGA 120 мин. 14-16 лет 312 Марина	FLEX&RELAX 14-16 лет 306 Виктория	БАЛЬНЫЕ 14-16 лет 209 Алексей		STRETCH 14-16 лет 306 Полина	13:00
14:00	YOGA 120 мин. 14-16 лет 312 Марина					AB+STRETCH 15-16 лет 306 Юлия		14:00
15:00		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	БАЛЬНЫЕ 14-16 лет 209 Алексей					15:00
16:00				FLY KIDS 17:00 12-13 лет 312 Виктория				16:00
18:00		PILATES 14-16 лет 306 Виктория	Здоровая спина 12-13 лет 304 Полина	PILATES BEGIN 14-16 лет 306 Виктория	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Юрий			18:00
		Каратэ 12-13 лет 303 Ирина	LATINA DANCE 14-16 лет 306 Алексей	FUNCTIONAL 12-13 лет 304 Дарья Б	body ART 15-16 лет 209 Катя			
			AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена					
19:00		FLEX&RELAX 14-16 лет 306 Виктория	SWIMMING 12-13 лет бассейн Данила	FLEX&RELAX 14-16 лет 306 Виктория	Шаолин. Футбол 14-16 лет 303 Юрий			19:00
		AFRO DANCE 14-16 лет 209 Полина			HIP-HOP 12-13 лет 304 Полина			
20:00								20:00

Функциональные классы

Силовые классы

Разум и тело, растяжка

Единоборства, активные игры

Танцевальные классы

Водные программы

Р

платная тренировка, по записи

Уважаемые Резиденты клуба и Гости, напоминаем вам правила посещения клуба:

1. При входе в клуб наденьте обязательно маску и бахилы, обработайте руки кожным антисептиком;
2. Наши сотрудники произведут вам замер температуры. На ресепши заполните анкету здоровья;
3. Для более быстрого обслуживания предоставьте вашу клубную карту сотрудникам ресепши;
4. Соблюдайте дистанцию с другими Резидентами клуба;
5. Старайтесь чаще мыть руки и обрабатывать их кожными антисептиками.

Более подробно с правилами вы можете ознакомиться на стойке ресепши.

Будьте здоровы!