

При входе НАДЕНЬТЕ МАСКУ. 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	SWIMMING 14-16 лет бассейн Андрей Д.	FUNCTIONAL 12-13 лет 304 Дарья Б	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	Каратэ 12-13 лет Зал 303 Ирина	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена			10:00
		body ART 15-16 лет 209 Дарья		POWER BALL 09:00 14-16 лет 306 Лена				
11:00	AB+STRETCH 15-16 лет 306 Юлия	SWIMMING 12-13 лет бассейн Андрей Д.	LADIES DANCE 14-16 лет 209 Анастасия		STRETCH 14-16 лет 306 Наташа	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Полина Ф.	HIP-HOP 12-14 лет 304 Полина	11:00
	Каратэ 12-13 лет 303 Ирина	PILATES 14-16 лет 306 Дарья		AB+STRETCH 15-16 лет 306 Лена	SWIMMING 14-16 лет бассейн Андрей Д.			
12:00	POWER BALL 14-16 лет 306 Юлия	FLEX&RELAX Дарья 306 Дарья		PILATES BEGIN 14-16 лет 306 Виктория			SWIMMING 12-13 лет Бассейн Ольга	12:00
						YOGA 90 мин. 14-16 лет 312 Антон		
13:00	LATINA DANCE 14-16 лет 209 Алексей		YOGA 90 мин. 14-16 лет 312 Антон	FLEX&RELAX 14-16 лет 306 Виктория	БАЛЬНЫЕ 14-16 лет 209 Алексей		AB+STRETCH 15-16 лет 306 Петр	13:00
14:00	YOGA 90 мин. 14-16 лет 312 Антон					STRETCH 14-16 лет 306 Полина		14:00
15:00		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	БАЛЬНЫЕ 14-16 лет 209 Алексей	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена				15:00
16:00				FLY KIDS 17:00 12-13 лет 312 Виктория				16:00
17:00		Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Юрий			Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Юрий			17:00
18:00		PILATES 14-16 лет 306 Дарья	Здоровая спина 12-14 лет 304 Дарья Б	PILATES BEGIN 14-16 лет 306 Виктория				18:00
		Шаолин. Футбол 14-16 лет 303 Юрий	LATINA DANCE 14-16 лет 306 Алексей	FUNCTIONAL 12-13 лет 304 Дарья Б				
19:00	SWIMMING 12-13 лет Бассейн Олеся	body ART 15-16 лет 209 Дарья		FLEX&RELAX 12-13 лет 304 Виктория				19:00
			AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	SWIMMING 12-13 лет бассейн Даниил				
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 ресепшн заполните анкету здоровья;
3. Для более быстрого обслуживания предоставьте вашу клубную карту сотрудникам ресепшн;
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 ресепшн.

Будьте здоровы!