

Внимание!

!!! ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ИЗМЕНЕНИЯ СТУДИЙ !!!

Хороших тренировок!

	01.июл	02.июл	03.июл	04.июл	05.июл	06.июл	07.июл	
	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	
08:00								08:00
09:00	YOGA Айенгара 90 мин 312 Александр	HOT IRON 2 209 Наташа		SCULPT 209 Лена X	YOGA Айенгара 90 мин 312 Александр	PILATES 306 Дарья		09:00
	SPIN 311 😊 Лена	YOGA 55 мин 312 Евгений	45/15 PUMP 209 Катя	YOGA 55 мин 312 Евгений	SPIN 311 😊 Петр			
10:00	SCULPT 209 Люба	ABT 209 Наташа	bodyART 209 Катя	FUNCTIONAL 209 Лена X	HIIT 209 Наташа	FLEX&RELAX 306 Дарья	SWIMMING бассейн Полина	10:00
	AQUA MIX бассейн Лена.		AQUA MIX бассейн Лена.		AQUA MIX бассейн Лена.			
11:00	DYNAMIC STRETCH 306 Лена	FIT BOX 209 😊 Дима	STRIP DANCE 209 Арина	AB+STRETCH 306 Лена X	STRETCH 209 Наташа	IRON CROSS 209 Лена	FIT BOX 209 😊 Дима	11:00
12:00	PILATES 306 Вика	STRETCH 306 Дима	FUSION 306 Лена	PILATES 306 Вика	FUSION 306 Лена	AQUA MIX бассейн Лена.	AB+STRETCH 306 Дима	12:00
			DANCE MIX 209 Арина					
13:00				FLEX&RELAX 306 Вика	O2 306 Люба	DANCE MIX 209 Максим		13:00
14:00			YOGA Айенгара 90 мин 312 BEGIN Галина			YOGA 90 мин 312 Антон		14:00
15:00		AQUA MIX бассейн Лена.		POWER BALL 306 Лена				15:00
16:00	45/15 209 Катя	SCULPT 209 Лена		AQUA MIX бассейн Лена.				16:00
17:00					STEP 209 Дима			17:00
18:00	SCULPT 209 Дима	PILATES 306 Дарья	HOT IRON 2 209 Наташа	PILATES 306 Вика	SCULPT 209 Люба			18:00
	YOGA 90 мин 312 Антон	PUMP мк 209 Сергей По	DANCE MIX 306 Арина	ZUMBA мк 209 Сергей По	YOGA 55 мин 306 Евгений			
	Шаолин. футбол 303 Антон.	SPIN 311 😊 Лена						
19:00	STEP 209 Дима	FLEX&RELAX 306 Дарья	FUNCTIONAL 209 Наташа	FLEX&RELAX 306 Вика	SPIN 311 😊 Люба			19:00
	POWER BALL 306 Вика	ZUMBA мк 209 Сергей По	БОКС 303 Сергей	YOGA 55 мин 312 Евгений	Шаолин. футбол 303 Юра			
	БОКС 303 Михаил	AQUA MIX бассейн Лена.		STRONG Nation мк 209 Сергей По				
20:00				SWIMMING бассейн Полина	AIR YOGA 90 мин 312 😊 Люба			20:00



Обязательная запись

КЛАССЫ

АЭРОБНЫЕ

СИЛОВЫЕ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ

ЕДИНОБОРСТВА

РАЗУМ И ТЕЛО

ВОДНЫЕ

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

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