

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		AQUA MIX 14-16 лет бассейн		AQUA MIX 14-16 лет бассейн	AQUA MIX 14-16 лет бассейн	SWIMMING 14-16 лет бассейн	10:00
11:00			SWIMMING 7-11 лет Бассейн					11:00
12:00								12:00
13:00						DanceMix 12-13 лет Зал 304	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304	13:00
14:00						SWIMMING 12-13 лет бассейн	SWIMMING 12-13 лет бассейн	14:00
15:00		AQUA MIX 14-16 лет бассейн						15:00
16:00				AQUA MIX 14-16 лет бассейн				16:00
17:00	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303				УШУ 12-13 лет 303			17:00
18:00	Шаолин. Футбол 14-16 лет 303		DanceMix 14-16 лет Зал 303	Здоровая спина 12-14 лет 304	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303			18:00
	STRETCH 12-13 лет Зал 306	Здоровая спина 12-14 лет 304	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304	PILATES BEGIN 14-16 лет 306				
19:00		STRETCH 12-13 лет Зал 306	STRETCH 12-13 лет 306	SWIMMING 12-13 лет бассейн	STRETCH 12-13 лет 306			19:00
				FLEX&RELAX 14-16 лет 306	Шаолин. Футбол 14-16 лет 303			
20:00		SWIMMING 12-13 лет бассейн						20:00

Функциональные классы

Силовые классы

Разум и тело, растяжка

Единоборства, активные игры

Танцевальные классы

Водные программы



платная тренировка, по записи