

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		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена	SWIMMING 14-16 лет бассейн Полина	10:00
					БОКС 12-13 лет 303 Иван			
11:00			SWIMMING 12-13 лет Бассейн Андрей		STRETCH 14-16 лет 306 Наташа		ТАНЦЫ Mix 7-11 лет Зал 304 Настя	11:00
12:00				PILATES 14-16 лет 306 Лиза		STRETCH 12-13 лет 306 Настя		12:00
13:00						Арт -мастерская 12-13 дк Настя	SWIMMING 12-13 лет бассейн Марк	13:00
14:00						SWIMMING 12-13 лет Бассейн Ксюша		14:00
15:00		AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена		Здоровая спина 14-16 306 Лена				15:00
16:00				AQUA MIX 14-16 лет бассейн Лена				16:00
17:00					УШУ 12-13 лет 303 Юра			17:00
18:00	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304 Петр	Здоровая спина 12-13 303 Настя	FUNCTIONAL 12-13 лет Зал 304 Петр	ЙОЖИКИ 12-13 303 Настя	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Юра			18:00
				PILATES 14-16 лет 306 Дарья				
19:00	STRETCH 12-13 лет 312 Петр		STRETCH 12-13 лет 312 Петр	SWIMMING 19:15 12-13 лет бассейн Полина	Шаолин. Футбол 14-16 лет 303 Юра			19:00
		БОКС 12-13 лет 304 Иван			STRETCH 12-13 лет 306 Петр			
20:00	ТАНЦЫ Mix 7-11 лет Зал 304 Настя	SWIMMING 12-13 Бассейн Полина	Арт -среда 12-13 дк Лейла	Шаолин. Футбол 12-13 лет 303 Антон				20:00

Функциональные
классы

Силовые
классы

Разум и тело,
растяжка

Единоборства,
активные игры

Танцевальны
е классы

Водные программы



платная тренировка, по записи