



## Расписание групповых программ с 16 по 22 июля

	Понедельник 16 июля	Вторник 17 июля	Среда 18 июля	Четверг 19 июля	Пятница 20 июля	Суббота 21 июля	Воскресение 22 июля
8:45							Зал 2 Yoga Эмма
10:00							Зал 2 Здоровая спина Эмма
11:00	Зал 1  Ира	<b>New!!!</b> Зал 1 Roll & Fun Полина	Зал 1 Super Sculpt Полина	Зал 1 bodyART Лена	Зал 1 Dance Aerobic Ира		Зал 2 Super Press Interval Полина
12:00	Зал 1 Functional Flow Ира	Зал 1 Flex Полина	Зал 1 Здоровая спина Полина	Зал 1 Pilates Лена	Зал 1 bodyART Flow Лена	Зал 1 deepWORK Лена	<b>New!!!</b> Зал 2 bodyBallet Полина
13:00						<b>New!!!</b> Зал 1 МФР Лена	
16:00							Зал 2 BAH Лена
17:00						Тренажёрный Зал Crossfit Диана П.	Зал 2 bodyART Flow Лена
19:00		<b>New!!!</b> Зал 1 Lady's Dance Полина			Зал 2 bodyART Лена		
20:00	Зал 2  Ира	Зал 2 Body Toning Настя	Зал 2 Dancehall	Зал 2 Interval Training Настя	Зал 2 Pilates Лена		
21:00	Тренажёрный Зал Crossfit* Руслан		Тренажёрный Зал Crossfit* Руслан		Зал 2 Yoga (90 мин.) Эмма		
	Зал 2 Yoga (90 мин.) Эмма	Зал 2 Pilates Настя	Зал 2 ABS+Flex	Зал 2 Здоровая спина Настя			

Зал 1 – Фитнес-зал, 2 этаж; Зал 2 – Зал Хореографии, 2 этаж; Тренажёрный Зал – 3 этаж.

**По непредвиденным обстоятельствам (болезнь инструктора и т.д.) администрация комплекса может произвести замену инструктора или заявленного урока без предварительного оповещения занимающихся.**

\* Для того, чтобы занятие **Crossfit** состоялось, необходима предварительная запись не менее 3-х участников. Запись производится по номеру +7 925 533 08 38, Руслан. Окончание регистрации за три часа до занятия!