


Расписание групповых программ с 4 по 10 февраля

	Понедельник 4 февраля	Вторник 5 февраля	Среда 6 февраля	Четверг 7 февраля	Пятница 8 февраля	Суббота 9 февраля	Воскресение 10 февраля
8:45							Зал 2 Yoga Эмма
10:00			Зал 1 Step Ира				Зал 1 Здоровая спина Эмма
11:00	Зал 1  Ира	Зал 1 Roll+Fun Полина	Зал 1 Body Toning Иван	Зал 1 bodyART Лена	Зал 1 Dance Aerobic Ира		Зал 1 Super ABS Полина
12:00	Зал 1 Functional Flow Ира	Зал 1 Flex Полина	Зал 1 Power Pilates Иван	Зал 1 Pilates Лена	Зал 1 bodyART Flow Лена	Зал 1 deepWORK Лена	Зал 1 Ballet Полина
13:00						Зал 1 Pilates Лена	
14:00						Зал 1 МФР** Лена	
15:00						Тренажёрный Зал Crossfit Диана П.	
16:00							Зал 2 BAH Лена
17:00	Тренажёрный Зал Crossfit Junior Руслан		Тренажёрный Зал Crossfit Junior Руслан		Тренажёрный Зал Crossfit Junior Руслан		Зал 2 bodyART Flow Лена
19:00	Зал 1 Functional Training Иван	Зал 1 deepWORK Лена		Зал 2 Здоровая спина Эмма	Зал 1 bodyART Лена		
20:00	Зал 1 Step Intro Иван	Зал 1 bodyART Flow Лена	Зал 1 Interval Training Иван	Зал 2 Yoga (90 мин.) Эмма	Зал 1 Pilates Лена		
	Зал 2 Yoga (90 мин.) Эмма						
21:00	Зал 1 Flex Иван	Тренажёрный Зал Crossfit* Руслан	Зал 1 ABS+Flex Иван	Тренажёрный Зал Crossfit* Руслан			

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!

** Занятие за дополнительную оплату. Без предварительной записи. Информация по номеру +7 916 792 84 50, Елена.