


Расписание групповых программ с 11 по 17 февраля

	<i>Понедельник 11 февраля</i>	<i>Вторник 12 февраля</i>	<i>Среда 13 февраля</i>	<i>Четверг 14 февраля</i>	<i>Пятница 15 февраля</i>	<i>Суббота 16 февраля</i>	<i>Воскресение 17 февраля</i>
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 Press Полина
12:00	Зал 1 Functional Flow Ира	Зал 1 Flex Полина	Зал 1 Power Pilates Иван	Зал 1 Pilates+Roll 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 BAХ 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 Body Pump Иван	Зал 1 bodyART Лена		Зал 1 Здоровая спина Эмма	Зал 1 bodyART Лена		
20:00	Зал 1 Step Intro Иван	Зал 1 Pilates Лена	Зал 2 Interval Training Иван	Зал 1 BAХ Лена	Зал 1 Pilates+Roll Лена		
	Зал 2 Yoga (90 мин.) Эмма			Зал 2 Yoga (90 мин.) Эмма			
21:00	Зал 1 Flex Иван	Тренажёрный Зал Crossfit* Руслан	Зал 2 ABS+Flex Иван	Зал 1 МФР** Лена			
				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.