

## Расписание Групповых Программ с 17 по 23 июля

День нед.	Зал	Время															
		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	19:30	20:00	20:30	21:00	
ПН	Большой зал		F-training Света Н.	Pilates Света Н.						Body Flex Мила	Spine strong Света Ж.	Step Interval Юля		Low Body Юля			
	Малый зал											Air yoga \$ Анастасия		Yoga Александр Е.			
	Зал ПТ																
	Зал Б.И.												Grappling Антон				
ВТ	Большой зал	Суставная Александр	Body Condit. Маша К.	Flex Маша К.	Cycle Маша К.							Тае-бо Собир		Pump Собир		Stretching Собир	
	Малый зал									LADY DANCE Галина	DanceHall Галина		Caribbean mix Хейсер\$		Salsa Хейсер		
	Зал Б.И.																
	Зал ПТ												Caribbean mix Хейсер\$	20.00Crossfit \$ (Трен.зал) Сергей			
СР	Большой зал	8:00 Здоровое тело Света Ж.	Fit Ball Света Н.	Static training Света Н.	Мама+ Света Н.						Fit Ball Катя	МФР Света Ж.		БАТУТЫ! \$ Юля		Flex Юля	
	Малый зал	9:00 Изотон+ Света Ж.								TRX Света Ж.	Air yoga \$ Анастасия		Body Condit. Мила				
	Зал Cycle																
	Зал Б.И.												Boxing (85) Михаил				
ЧТ	Большой зал	Суставная Александр			Body Flex Мила	Hatha Yoga Мила	Bosu Света Ж.	МФР Света Ж.			Pilates Света Ж.	Kick fight \$ Собир		Gymstick Собир		ABS+Flex Собир	
	Малый зал										Здоровое тело Света Ж.		Суставная Александр				
	Зал Cycle																
	Зал Б.И.											Grappling Антон					
ПТ	Большой зал		Круговая Света Н.	Pilates Света Н.								F-training Маша К.		Flex Маша К.			
	Малый зал									Hatha Yoga Настя			Latina Mix Мария				
	Зал Б.И.												Boxing (85) Михаил				
	Зал ПТ												Crossfit \$ (Трен.зал) Сергей				
СБ	Большой зал		Суставная Александр	\$BodyFlex\$ Света Н.	Low Body Катя	ABS+Flex Катя	Суставная	Триатлон\$ Собир									
	Малый зал					Salsa Хейсер	Latina Mix Хейсер										
	Зал Cycle																
	Зал Б.И.																
ВС	Большой зал				Interval Катя	PUMP Катя	Pilates Маша К.		Stretching Маша К.								
	Малый зал		10:30 Air yoga Анастасия(85)		Air Мама+ \$ (запись) Анастасия												
	Зал Cycle							Cycle Маша К.									

Уважаемые Дамы и Господа! Обратите внимание на незначительные изменения в расписании!  
**Ждём Вас! АБОНЕМЕНТ НА МАЛЫЕ ГРУППЫ - 10 занятий - 5000р.!** Приглашаем на **ПОТРЯСАЮЩУЮ** жиросжигающую программу: **БАТУТЫ - 400 РУБЛЕЙ!**  
**БОДИФЛЕКС! - Худейте без напряжения! Будьте внимательны!** На уроки **СО ЗНАКОМ "\$"** и **Мама+\$** обязательная запись на ресепшн.



Тренировки проводятся от 2-х человек.  
Платные занятия для членов клуба - 600 руб.