

Расписание групповых программ 4-10 февраля

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9:00 Суставная гимнастика Большой зал	10:00 Body Condition Большой зал	8:00 Здоровое тело Большой зал	9:00 Суставная гимнастика Большой зал	10:00 Круговая тренировка Большой зал	New 10:00 Здоровая спина Большой зал	10:00 Air Yoga Малый зал
10:00 Interval Большой зал	11:00 Stretching Большой зал	9:00 Изотон+ Большой зал	10:00 Tabata Большой зал	11:00 Pilates Большой зал	11:00 Суставная гимнастика Большой зал	11:00 Суставная гимнастика Большой зал
11:00 Fitball Большой зал	12:00 PUMP Большой зал	10:00 Степ+Пресс Большой зал	11:00 Бодифлекс Большой зал	12:00 Суставная гимнастика Большой зал	12:00 Interval Большой зал	11:30 Air Mama Малый зал Настя
12:00 Body ART Большой зал	18:00 Natha yoga Большой зал	11:00 МФР Большой зал	12:00 PUMP Большой зал	12:00 Мама+ Малый зал Света	13:00 Pilates Большой зал	12:00 PUMP Большой зал
13:00 Здоровые ноги Большой зал	19:00 Tae bo Большой зал	12:00 Latina Mix Большой зал	13:00 Natha yoga Большой зал	13:00 МФР углубленная работа Большой зал	13:00 Cycle PRO Cycle зал Маша К.	13:00 МФР Большой зал
14:00 The Best Age Большой зал	19:00 Dance Mix Малый зал	13:00 Stretching Большой зал	14:00 Функционал Малый зал	14:15 Аква Артро Бассейн	14:00 Belly Dance Малый зал	14:00 Pilates Большой зал
18:00 Spine strong Большой зал	19:00 Cycle express Cycle зал Маша К.	18:00 Bosu Большой зал	15:00 МФР Большой зал	18:00 Latina Mix Большой зал		15:00 Cycle Cycle зал
19:00 Step Interval Большой зал	20:00 PUMP Большой зал	18:00 Low body Малый зал	18:00 Pilates Большой зал	18:00 Tae bo Малый зал	15:00 Aerodance Малый зал	
20:00 Low Body Большой зал	20:00 TRX Strong Малый зал Маша К.	19:00 МФР Большой зал	18:00 Low body Малый зал	19:00 F-training Большой зал		
20:00 Йога (85 мин) Малый зал	20:00 Шпагат Stretch Авту ПТ зал Мария	20:00 Pilates Малый зал	19:00 Kick fight Большой зал Собир	19:00 Шпагат Stretch Авту ПТ зал Мария		
	21:00 Stretching Большой зал	19:00 Fat killer Cycle зал	19:00 Здоровое тело Малый зал	20:00 Stretching Большой зал		
		20:00 F-training Большой зал	20:00 Круговая тренировка Большой зал	20:00 Бокс Б.И. Зал		
		20:00 Бокс Б.И. Зал	21:00 Stretching Большой зал			
		21:00 ABS+Flex Большой зал				
		21:00 Lady dance Малый зал				



Платный урок



Запись на сайте или рецепции клуба



Сайкл



Тренировка с высокой интенсивностью



Новые занятия



les_fitness

7(495)125-01-00



