

## **Расписание :**

### **Посещение групповых программ :**

- танцевальная аэробика Пн, Ср. и Пт.-18.00
- Interval Сб-11.00
- Фитбол Ср-19.00
- Функциональный тренинг Пн-19.00 Вт-20.00
- ABL Ср-20.00
- Zumba&Fitness Пн, Чт 9.00 и 18.00 (только 4 и 8 занятий)
- Body Sculpt Ср. 10.00 Пн, Чт 19.00
- Step Вт. 19.00, Чт. 19.00
- Mix Body Пн. и Пт. 10.00; Пн. 18.00 и Пт в 19.00
- Strip Dance Пн, ср 20.00
- Go-Go Вт., Чт. 20.00
- фитнес йога Вт. Пт. 18.00
- интенсивная растяжка Ср. 19.00 Пт-20.00
- БодиФлекс Вт. 19.00 и Сб. 10.00
- Пилатес Пн. 20.00, Ср. 19.00 и Сб 10.00
- шейпинг : Пн, Чт, с 9.00 до 12.00 и с 16.00 до 21.00, Вт.Пт 9.00 до 12.00 и с 16.00 до17.00  
Сб-с 10.00 до 13.00

### **Шейпинг (ОТДЕЛЬНЫЙ ВИД КУПОНА:)**

- Пн, Чт, с 9.00 до 11.00 и с 16.00 до 21.00
- Вт, Пт. С 9.00 до 12.00 и с 16.00 до 17.00
- Сб-с 10.00 до 13.00