

Фитнес студия «Ольга»

Расписание групповых занятий на 2013 г.

Время	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
10:15						Усиленный Пресс+бедро	ТРЕНИНГИ
11:15	Степ+пресс +бедро		Body Sculpt			Pilates	ТРЕНИНГИ
12:15		12.30 Йога			12.30 Йога	Йога	ТРЕНИНГИ
13:15						Стрип пластика	ТРЕНИНГИ
14:15						ТРЕНИНГИ	ТРЕНИНГИ
15:00	Body Sculpt		Пресс + бедро			ТРЕНИНГИ	ТРЕНИНГИ
16:00					Пресс + бедро	ТРЕНИНГИ	ТРЕНИНГИ
17:15	Pilates	Body Sculpt	Pilates	Степ+пресс +бедро	Power mix	ТРЕНИНГИ	ТРЕНИНГИ
18:15	Power mix	Степ+пресс +бедро	ABL	Body Sculpt	Dance mix	ТРЕНИНГИ	ТРЕНИНГИ
19:15	Стретчинг	Аэробика + пресс	Pilates	Стэп + бедро	Стрип пластика	ТРЕНИНГИ	ТРЕНИНГИ
20:15	Стрип пластика						