

## Расписание групповых программ с 1 августа

Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9:00 Зал №1		Freestyle		Bosu	Freestyle	Body training	
10:00 Зал №1	Leg training	Body training	TBC	ABS Stretch	Body Pump	Stretch	Fitness yoga
11:00 Зал №1	Fitness yoga	Step 1	ABS Back Stretch	Cycle*	Stretch		Zumba
12:00 Зал №1		Bums		Stretch		Leg training	
13:00 Зал №1						ABS Stretch	
14:00 Зал Сайкла						Cycle*	
15:00 Зал №1	Freestyle	Fitness+	Step 1	Fitness+			
16:00 Зал №1	ABS Stretch		Balance	Leg training			
17:00							
18:00 Зал №1	Step 2	Torso	Stretch	Body Pump	Leg training		
19:00 Зал №1	Body Pump	Body training	Zumba	Tai- Bo	Step 1		
19:00 Зал №2			Functional training	UT			
19:00 Зал Сайкла		Cycle*			Cycle*		
20:00 Зал №1	Stretch	Fitness yoga	ABS Stretch	Fitness yoga	Balance		
20:00 Зал №2				Body ballet	Bally dance		

\*Занятие по предварительной записи

## Расписание групповых программ с 1 августа

Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9:00 Зал №1		Freestyle		Bosu	Freestyle	Body training	
10:00 Зал №1	Leg training	Body training	TBC	ABS Stretch	Body Pump	Stretch	Fitness yoga
11:00 Зал №1	Fitness yoga	Step 1	ABS Back Stretch	Cycle*	Stretch		Zumba
12:00 Зал №1		Bums		Stretch		Leg training	
13:00 Зал №1						ABS Stretch	
14:00 Зал Сайкла						Cycle*	
15:00 Зал №1	Freestyle	Fitness+	Step 1	Fitness+			
16:00 Зал №1	ABS Stretch		Balance	Leg training			
17:00							
18:00 Зал №1	Step 2	Torso	Stretch	Body Pump	Leg training		
19:00 Зал №1	Body Pump	Body training	Zumba	Tai- Bo	Step 1		
19:00 Зал №2			Functional training	UT			
19:00 Зал Сайкла		Cycle*			Cycle*		
20:00 Зал №1	Stretch	Fitness yoga	ABS Stretch	Fitness yoga	Balance		
20:00 Зал №2				Body ballet	Bally dance		

\*Занятие по предварительной записи