

# Фитнес студия «Ольга»

Ул. Донбасская 16 «В» т. 2-408-932

## Расписание групповых занятий

ВРЕМЯ	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ
9:00	Body Sculpt		ABL			Индивидуальный час
10:15			ZUMBA			LOWER BODY
11:15	Программа НМС*		Программа НМС*			BODY BALANCE
12:15	Программа «КРАНЧ»*		Программа «КРАНЧ»*		Программа НМС*	DANCE MIX
13:00	YOGA		YOGA		YOGA	BELLY DANCE
14:15		Программа НМС*		Программа НМС*		YOGA
15:00	Body Sculpt		ABL		LOWER BODY	
16:00	Программа НМС*	Программа «КРАНЧ»*	Программа НМС*	Программа «КРАНЧ»*	Программа НМС*	Программа «КРАНЧ»*
17:15		Body Sculpt		LOWER BODY		
18:15		LOWER BODY	ZUMBA	ABL	ZUMBA +FIT	
19:15	BODY BALANCE	ABL	ZUMBA +FIT	LOWER BODY	ZUMBA	
20:15	BELLY DANCE	ZUMBA	Программа НМС*	DANCE MIX	Программа НМС*	