

Время	Понедельник, среда, пятница	Вторник, четверг	Суббота	Время
9.00			Кросс-fit, Total body shok, Силовая Д. Толстая	8.45
10.00	Кросс-fit, Total body shok, Силовая Д. Толстая		Хатха-йога Д. Сibaгатуллина	10.00
11.00	Фейслифтинг (в массаж.каб. гимнастика для лица) Д. Толстая		Ритмика «Малышок» (2-3 года) В. Турукало	11.30
11.30	Ритмика «Малышок» (1,5-3года) набор Т. Сорокина		Детская современная хореография (3-6 лет) В. Турукало	12.00
12.00			Детский хип-хоп (6-11 лет) В.Турукало	13.00
13.00	Фитнес-ланч (1 час) Д.Толстая			14.15
16.00	Рукопашный бой 9-14 лет (к.м.с по рукопашному бою, чемпион области и российских соревнований)	Детский хип-хоп (6-11 лет) В.Турукало		15.15
17.00	Детская современная хореография (3-6 лет) Т. Сорокина			
17.15		Ритмика «Малышок» (2-3 года) В.Турукало		
18.00	Рукопашный бой 5-14 лет (к.м.с по рукопашному бою, чемпион области и российских соревнований)	Детская современная хореография (3-6 лет) В. Турукало		16.15
19.00	Bestfit Н.Степаненкова (Понедельник, пятница)	Power йога Н.Степаненкова (Среда)	Хатха-йога Д. Сibaгатуллина	17.15

20.00	Hot-Iron Н. Степаненкова	Кросс-fit, Total body shok, Силовая Д. Толстая		20.00
21.00	Strip-пластика Е. Шарафутдинова	Belly-dance (Восточные танцы) Т. Сорокина		21.00

Расписание занятий в фитнес-центре «Геометрия тела»