

Расписание групповых занятий .

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	
Большой зал	Малый зал	Большой зал	Малый зал	Большой зал	Малый зал	Большой зал	Малый зал	Большой зал	Малый зал	Большой зал	Малый зал
9.00 Body Sculpt				9.00 ABL				Functional Training 9.00		9:30 11:00	
10:00				10:00				10:00		Коррекция Фигуры	
11:00 Фитнес Мама и мальш				11:00 Фитнес Мама и мальш				11:00 Фитнес Мама и мальш		11:00 MUSCLE Toning	
12:00										12.00 Power PILATES	
13.00										13:00 STRIP DANSE	
14:00											
15:00 16:30 Body Sculpt+ Stretching				15:00 16:30 BOSU+ Training				15:00 16.30 ABL+ Stretching			
17:30 19:00 Коррекция Фигуры		16.30-17.30 Functional Training				17:00 ABL		17.00 BOSU Training			
	18:00 Каланетика со стулом*	18:00 Здоровый позвоночник	18:00 Stretching*	18:00 ZUMBA	18:00 PILATES MAT*	18:00 INTERVAL TRINING	18:00 Stretching*	18.00 Power PILATES	18:00 Каланетика со стулом*		
19:00 -20:30 Коррекция Фигуры	19:00 Power Pilates*	19:00 BOSU Training	19.00 Power PILATES*	19:00 -20:30 Коррекция Фигуры	19:00 ZUMBA*	19.00 Каланетика	19:00 Power Pilates*	19:00 -20:30 Коррекция Фигуры	19/00 STRIP DANSE*		
	20:00 STRIP DANCE*	20:00 ABD + Flex				20:00 Ягодицы +пресс					

*Необходима предварительная запись.