

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
	26 апреля	27 апреля	28 апреля	29 апреля	30 апреля	1 мая	2 мая
9:00	HATHA YOGA		HATHA YOGA			HATHA YOGA	
	Аврора		Аврора			Аврора	
10:00	POWER CLASS	HATHA YOGA	FUNCTIONAL	INTERVAL	SUPER SCULPT	SUPER SCULPT	ТАБАТА
	Мария	Юля К.	Светлана	Аня	Андрей	Светлана	Светлана
11:00	MIND BODY	Oriental	STRETCHING	STRETCHING	PILATES	STRETCHING	Круговая тренировка
	Мария	Юля К.	Светлана	Аня	Андрей	Ольга	Светлана
12:00	Tai-bo	FUNCTIONAL	Fit dance	Круговая тренировка	Latina dance	DANCE MIX	Latina dance
	Андрей	Елена	Ольга	Елена	Мария М.	Ольга	Екатерина
13:00	PILATES	МФР+ Stretching	STRETCHING	MIND BODY	STRETCHING	INTERVAL	PILATES
	Андрей	Елена	Ольга	Елена	Мария М.	Светлана	Екатерина

18:00	MIND BODY	PILATES	ТАБАТА	ABL+TABS	STRETCHING
	Мария	Екатерина	Мария	Елена	Альбина
19:00	Круговая тренировка	PUMP	POWER CLASS	МФР+ Stretching	ZUMBA
	Мария	Екатерина	Аня	Елена	Альбина
	CYCLE		CYCLE		
20:00	UPPER BODY +TABS	INTERVAL	ABL	Latina dance	HIIT
	Аня	Мария	Андрей	Мария М.	Аня
21:00	HATHA YOGA	MIND BODY	HATHA YOGA	STRETCHING	MIND BODY
	Юля Гурова	Елена	Юля Гурова	Мария М.	Аня



+7(495) 4-111-999

e-mail: service@fitnessavenue.ru

www.fitnessavenue.ru

	СИЛОВЫЕ ПРОГРАММЫ		ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
	АЭРОБНЫЕ ПРОГРАММЫ		ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
	ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ		НАПРАВЛЕНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОГО И КРУГОВОГО ТРЕНИНГА

	Понедельник 26 апреля	Вторник 27 апреля	Среда 28 апреля	Четверг 29 апреля	Пятница 30 апреля	Суббота 1 мая	Воскресенье 2 мая
10:00		TRX STUDIO Илья		TRX STUDIO Илья		FLY STUDIO (гамаки) Андрей	
11:00		FLY STUDIO (гамаки) Андрей		FLY STUDIO (гамаки) Андрей		STRETCHING STUDIO Светлана	
12:00						TRX STUDIO Светлана	TRX STUDIO Светлана
13:00		LATINA STUDIO МАША М.					
14:00							YOGA STUDIO 90 мин. Юля Гурова
15:00							DANCE STUDIO Ольга С.
							16:00 FLY STUDIO (гамаки) Юля Гурова
18:00	FLY STUDIO (гамаки) Юля Гурова		FLY STUDIO (гамаки) Юля Гурова				
19:00	АКВААЭРОБИКА Елена	TRX STUDIO Светлана	АКВААЭРОБИКА Мария	TRX STUDIO Светлана	АКВААЭРОБИКА Мария	YOGA STUDIO 90 мин. АВРОРА	
20:00	ЖИРОТОПКА Елена	ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ Светлана	ЖИРОТОПКА Мария	ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ Светлана			
21:00	STUDIO ШПАГАТ АННА		STUDIO ШПАГАТ АННА				



FLY STUDIO



@studio.avenue_msk