



Расписание занятий групповых программ

11.09-17.09

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
09:00 09:55 BOSU Андрей	09:30 10:25 Hatha yoga Юля	10:00 10:55 Здоровая спина 100руб. Семен	9:30 10:25 Hatha yoga Настя	09:00 09:55 Upper Body+Tabs Андрей	10:00 10:55 Super Sculpt Андрей	
10:00 10:55 ABL+ Tabs Андрей	11:00 11:55 Oriental Юля	11:00 11:55 Upper Body+ ABL Семен	11:00 11:55 Interval Семен	10:00 10:55 Dance Mix Маша О.	11:00 11:55 ABL+Tabs Андрей	11:00 11:55 ABL Маша О.
13:00 13:55 Light training Андрей	12:00 12:55 Body Ball Андрей	12:00 12:55 Dance Mix Елена	12:00 12:55 Super Sculpt Семен	11:00 11:55 Flex Маша О.	12:00 12:55 Latino mix Рафаэль	12:00 12:55 Tai-bo 100руб. Маша О.
14:00 14:55 Pilates studio Андрей	13:00 13:55 Flex Андрей	13:00 13:55 Stretching Елена	13:00 13:55 Pilates 1 Семен			13:00 13:55 Pilates 1 Маша О.
18:00 18:55 Body ball Андрей	18:00 18:55 Iron Cross Андрей	18:15 19:00 Cycle Андрей	18:00 18:55 Hot Iron Валерия	18:00 18:55 Pump Маша Ш.		
19:15 20:00 Cycle Андрей	19:00 19:55 Жиротоп 100руб. Семен	19:00 19:55 Functional Валерия	19:00 19:55 Tai-bo Валерия	19:00 19:45 Cycle Семен		
19:00 20:00 Super Sculpt Валерия	19:00 19:55 DISQ studio Маша О.	20:00 20:55 Interval Андрей	20:00 20:55 DISQ studio Валерия	19:00 19:55 Oriental Юля		
20:00 20:55 Bosu Валерия	20:00 20:45 Latino Mix Валерия	20:00 20:55 Strip Dance studio Маша О.	20:00 20:55 Жиротоп 100руб. Семен	20:00 20:55 Tribal Bellydance studio Юля		
21:00 21:55 Аэро-йога studio Валерия	20:00 20:55 Бокс studio Александр	21:00 21:55 Аэро-йога studio Валерия	21:00 21:55 Бачата studio Рафаэль	20:00 20:55 Шпагат 100 руб. Елена		
21:00 21:55 Hatha yoga Настя	20:00 20:45 Cycle Маша О.	21:00 21:55 Hatha yoga Настя		21:00 21:55 Body Ballet studio Елена		
	21:00 21:55 Tabs+Flex Маша О.					

Условные обозначения:

- зона сайкла – 2-й этаж
- большой зал аэробики – 1-й этаж
- студия – 1-й этаж
- зал боевых искусств – -2-й этаж
- платный урок
- занятие на открытом воздухе
- занятие по предварительной записи
- новые клубные уроки
- мастер-класс или открытый урок

Координатор групповых программ: Водяницкая Валерия
e-mail: v.vodyanickaya@fitnessavenue.ru