

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
	7 июня	8 июня	9 июня	10 июня	11 июня	12 июня	13 июня
9:00	HATHA YOGA		HATHA YOGA			HATHA YOGA	
	Аврора		Аврора			Аврора	
10:00	POWER CLASS	Йога терапия	FUNCTIONAL	INTERVAL	PUMP	SUPER SCULPT	TABATA
	Мария	Юля К.	Светлана	Аня	Екатерина	Мария	Светлана
11:00	MIND BODY	Танец живота	STRETCHING	STRETCHING	PILATES	STRETCHING	Круговая тренировка
	Мария	Юля К.	Светлана	Аня	Екатерина	Ольга	Мария
12:00	HIIT	FUNCTIONAL	Fit dance	Круговая тренировка	Latina dance	DANCE MIX	Latina dance
	Аня	Елена	Ольга	Мария	Мария М.	Ольга	Екатерина
13:00	MIND BODY	МФП+ Stretching	STRETCHING	MIND BODY	STRETCHING	INTERVAL	PILATES
	Аня	Елена	Ольга	Мария	Мария М.	Мария	Екатерина

18:00	MIND BODY	PILATES	TABATA	ABL+TABS	STRETCHING	<p>#FITNESSAVENUE АКВА АЭРОБИКА ПН.19:00 ♂ ВТ.19:00 СР.19:00 ЧТ.19:00 СБ.12:00 ВС.12:00 Стоимость: 1 занятие 45 мин. 500р. В данное время бассейн закрыт для свободного плавания</p>
	Мария	Екатерина	Мария	Мария	Альбина	
19:00	Круговая тренировка	PUMP	SUPER SCULPT	МФП+ Stretching	ZUMBA	
	Мария	Екатерина	Аня	Мария М.	Альбина	
20:00	UPPER BODY +TABS	INTERVAL	ABL	DANCE MIX		
	Аня	Елена	Аня	Мария М.		
21:00	HATHA YOGA	STRETCHING	HATHA YOGA	STRETCHING		
	Юля Гурова	Елена	Юля Гурова	Мария М.		

+7(495) 4-111-999

e-mail: service@fitnessavenue.ru

www.fitnessavenue.ru

СИЛОВЫЕ ПРОГРАММЫ

АЭРОБНЫЕ ПРОГРАММЫ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

НАПРАВЛЕНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОГО И КРУГОВОГО ТРЕНИНГА

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	
	7 июня	8 июня	9 июня	10 июня	11 июня	12 июня	13 июня	
10:00		TRX STUDIO Илья		TRX STUDIO Илья				
11:00							STRETCHING STUDIO Светлана	
12:00							АКВААЭРОБИКА Мария TRX STUDIO Светлана	
13:00							Красивые ягоды Настя	
14:00							YOGA STUDIO 90 мин. Юля Гурова DANCE STUDIO Ольга С.	
15:00								
18:00		FACE FITNESS Наталья					16:00 FLY STUDIO (гамачки) Юля Гурова	
19:00	FLY STUDIO (гамачки) Юля Гурова АКВААЭРОБИКА Елена	TRX STUDIO Светлана АКВААЭРОБИКА Елена	FLY STUDIO (гамачки) Юля Гурова АКВААЭРОБИКА Мария	TRX STUDIO Светлана АКВААЭРОБИКА Мария	YOGA STUDIO 90 мин. АВРОРА	<div style="background-color: #007bff; color: white; padding: 10px;"> <p>#FITNESSAVENUE</p> <h2 style="margin: 0;">АКВААЭРОБИКА</h2> <p>ПН.19:00 ♂</p> <p>ВТ.19:00 ♀</p> <p>СР.19:00</p> <p>ЧТ.19:00</p> <p>СБ.12:00</p> <p>ВС.12:00</p> <p>Стоимость: 1 занятие 45 мин. 500р.</p> <p>В данное время бассейн закрыт для свободного плавания</p> </div>		
20:00	ЖИРОТОПКА Елена	Здоровое тело. Красивый пресс Светлана	ЖИРОТОПКА Мария	Здоровое тело. Стройные ноги Светлана				
21:00	STUDIO ШПАГАТ АННА		STUDIO ШПАГАТ АННА					

