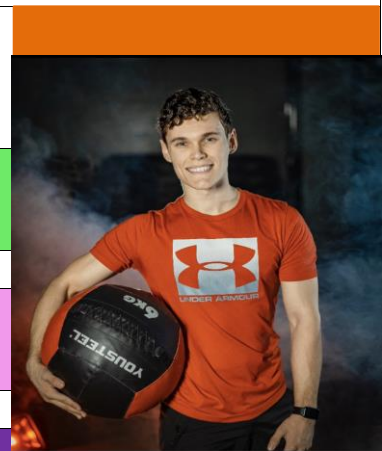


РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	Понедельник 15 апреля	Вторник 16 апреля	Среда 17 апреля	Четверг 18 апреля	Пятница 19 апреля	Суббота 20 апреля	Воскресенье 21 апреля
9:00	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	
	Аврора	Юлия	Аврора	Маргарита	Юлия	Аврора	
10:00	SUPER SCULPT	TAI-BO	UPPER BODY+ TABS	SUPER SCULPT	ABL+TABS	SUPER SCULPT	INTERVAL
	Анастасия	Андрей	Мария	Андрей	Анастасия	Ян	Мария
11:00	STRETCHING	BALANCE BALL	STRETCHING	PILATES	MIND BODY	МФР+ STRETCHING	MIND BODY
	Анастасия	Андрей	Мария	Андрей	Анастасия	Ян	Мария
						CYCLE	
					Андрей		
12:00	ABL+TABS	DANCE MIX	ТАНЕЦ ЖИВОТА	UPPER BODY+ TABS	LATINO DANCE	INTERVAL	POWER CLASS
	Алиса	Анна	Юлия	Анастасия	Анна	Андрей	Ян
13:00	МФР+ STRETCHING	STRETCHING	ЙОГАТЕРАПИЯ	МФР+ STRETCHING	STRETCHING	STRETCHING	МФР+ STRETCHING
	Алиса	Анна	Юлия	Анастасия	Анна	Андрей	Ян
18:00	CYCLE		CYCLE				
	Константин		Илья				
	MIND BODY	POWER CLASS	ТАБАТА	ABL+TABS	STRETCHING		
	Мария	Алиса	Мария	Алиса	Евгения		
19:00	INTERVAL	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА	SUPER SCULPT	МФР+ STRETCHING	ZUMBA		
	Ян	Алиса	Ян	Анна	Евгения		
20:00	SUPER SCULPT	FIT DANCE	ABL+TABS	LATINO DANCE	INTERVAL		
	Ян	Ольга С.	Ян	Анна	Анна		
21:00	НАТНА YOGA	STRETCHING	НАТНА YOGA	STRETCHING	STRETCHING		
	Маргарита	Ольга С.	Маргарита	Анна	Анна		



«ЗДОРОВАЯ СПИНА» STUDIO

СРЕДА 21:00 ПЯТНИЦА 20:00
ВОСКРЕСЕНЬЕ 14:00

ПРЕМИУМ -ТРЕНЕР ГИНКЕЛЬ ЯН

+7(495) 4-111-999
e-mail: info@fitnessavenue.ru

www.fitnessavenue.ru
@fitnessavenue

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

	Понедельник 15 апреля	Вторник 16 апреля	Среда 17 апреля	Четверг 18 апреля	Пятница 19 апреля	Суббота 20 апреля	Воскресенье 21 апреля
9:00							
10:00							
11:00						В зале проходит тренировка CYCLE	HIIT23 \$ Руслан
12:00		PILATES STUDIO \$ Андрей				TRX STUDIO \$ Илья	АКВААЭРОБИКА \$ Мария
13:00							
14:00							ЗДОРОВАЯ СПИНА \$ Ян
15:00							
16:00							PILATES STUDIO \$ Касапова Наталья
17:00					СТАНЬ ГЕРОЕМ \$ Селуков Кирилл		DANCE AVENUE ! 19:00 ! \$ Ольга
18:00	В зале проходит тренировка CYCLE		В зале проходит тренировка CYCLE				
19:00	АКВААЭРОБИКА \$ Мария		HIIT23 \$ Руслан	«СТЕП- ФУНКЦИОНАЛ» \$ Алиса	ANTIGRAVITY \$ АННА А.		
		PILATES STUDIO \$ Касапова Наталья	АКВААЭРОБИКА \$ Мария				
20:00		ЙОГА В ГАМАКАХ \$ Маргарита	ЖИРОТОПКА \$ Мария	ШКОЛА ЙОГИ 90 min \$ Аврора	ЗДОРОВАЯ СПИНА \$ Ян	«ЗДОРОВАЯ СПИНА» STUDIO СРЕДА 21:00 ПЯТНИЦА 20:00 ВОСКРЕСЕНЬЕ 14:00 ПРЕМИУМ -ТРЕНЕР ГИНКЕЛЬ ЯН	
21:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА \$ Ян		ЗДОРОВАЯ СПИНА \$ Ян				



