

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
	19 октября	20 октября	21 октября	22 октября	23 октября	24 октября	25 октября
9:00						HATHA YOGA	
						Аврора	
10:00	POWER CLASS	HATHA YOGA	FUNCTIONAL	HATHA YOGA	SUPER SCULPT	SUPER SCULPT	TABATA
	Мария	Юлия К.	Светлана	Аврора	Андрей	Елена	Светлана
11:00	MIND BODY	Oriental	STRETCHING	INTERVAL	PILATES	STRETCHING	PILATES
	Мария	Юлия К.	Светлана	Аня	Андрей	Ольга	Мария
12:00	Tai-bo	Круговая тренировка	Fit dance	STRETCHING	Latina dance	DANCE MIX	Latina dance
	Андрей	Елена	Ольга	Аня	Мария М.	Ольга	Екатерина
13:00	PILATES		STRETCHING		STRETCHING		BODY BALL
	Андрей		Ольга		Мария М.		Екатерина

18:00	MIND BODY	PILATES	POWER CLASS	ABL +TABS	STRETCHING	<p>ОБЪЯВЛЕН НАБОР В ГРУППЫ АКВААЭРОБИКИ</p> <p>УТРЕННЯЯ ГРУППА ВТ/ЧТ 11:00</p> <p>ВЕЧЕРНЯЯ ГРУППА ВТ/ЧТ 19:00</p> <p>АБОНЕМЕНТ НА МЕСЯЦ 8 ЗАНЯТИЙ СТОИМОСТЬ 4000Р</p> <p>ЗАПИСЬ НА РЕСЕПШЕН КЛУБА</p>
	Елена	Екатерина	Мария	Елена	Альбина	
19:00	UPPER BODY +TABS	PUMP	BODY BALL	МФР+ Stretching	Zumba	
	Мария	Екатерина	Андрей	Елена	Альбина	
20:00	Круговая тренировка	HIIT	INTERVAL	Latina dance	BOOTY FITNESS	
	Мария	Аня	Андрей	Мария М.	Альбина	
21:00	HATHA YOGA	Fit dance	HATHA YOGA	STRETCHING		
	Юля	Аня	Юля	Мария М.		

+7(495) 4-111-999
www.fitnessavenue.ru

e-mail: service@fitnessavenue.ru

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

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
	19 октября	20 октября	21 октября	22 октября	23 октября	24 октября	25 октября
10:00						Cycle Studio (\$) Мария	
11:00				ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ (\$) Светлана		ЗДОРОВАЯ СПИНА (\$) Мария	Stretching Studio (\$) Светлана
		ИДЕТ НАБОР В ГРУППУ АКВААЭРОБИКИ (\$) Светлана		ИДЕТ НАБОР В ГРУППУ АКВААЭРОБИКИ (\$) Светлана			
12:00						АКВААЭРОБИКА СТАРТ С 1.11. (\$) Мария	АКВААЭРОБИКА СТАРТ С 1.11. (\$) Светлана
						TRX STUDIO (\$) Мария	TRX STUDIO (\$) Светлана
13:00						Шпагат (\$) Ольга	Красивые ягодицы (\$) Настя



19:00		ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ (\$) Светлана		ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ (\$) Светлана		<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>ОБЪЯВЛЕН НАБОР В ГРУППЫ АКВААЭРОБИКИ</p> <p>УТРЕННЯЯ ГРУППА ВТ/ЧТ 11:00</p> <p>ВЕЧЕРНЯЯ ГРУППА ВТ/ЧТ 19:00</p> <hr/> <p>АБОНЕМЕНТ НА МЕСЯЦ 8 ЗАНЯТИЙ СТОИМОСТЬ 4000Р</p> </div>
		ИДЕТ НАБОР В ГРУППУ АКВААЭРОБИКИ (\$) Светлана	Cycle Studio (\$) Мария	ИДЕТ НАБОР В ГРУППУ АКВААЭРОБИКИ (\$) Светлана	YOGA STUDIO 1,5 часа (\$) Юлия	
20:00	ЖИРОТОПКА (\$) Елена	TRX STUDIO (\$) Светлана	ЖИРОТОПКА (\$) Мария	TRX STUDIO (\$) Светлана		

8(495)4-11-999
www.fitnessavenue.ru
 mail: service@fitnessavenue.ru

ЗАПИСЬ НА РЕСЕПШЕН КЛУБА



@studio.avenue_msk