

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
	21 апреля	22 апреля	23 апреля	24 апреля	25 апреля	26 апреля	27 апреля
9:00	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA	НАТНА YOGA		
	Аврора	Тимур	Аврора	Екатерина	Тимур		
10:00	POWER CLASS	TAE-BO	FUNCTIONAL	POWER CLASS	TAE-BO	FUNCTIONAL	
	Анастасия К.	Андрей	Анастасия К.	Андрей	Анастасия К.	Алиса	
11:00	STRETCHING	STRETCHING	STRETCHING	PILATES	LOWER BODY + ABS	STRETCHING	
	Анастасия К.	Андрей	Анастасия К.	Андрей	Анастасия К.	Алиса	
						CYCLE	
						Андрей	
12:00	LATINA DANCE	BALANCE BALL	ТАНЕЦ ЖИВОТА	LOWER BODY + ABS	MIND BODY	INTERVAL	INTERVAL
	Анна	Андрей	Юлия	Елена К.	Анастасия К.	Андрей	Елена Г.
13:00	STRETCHING		ЙОГАТЕРАПИЯ	STRETCHING		STRETCHING	POWER CLASS
	Анна		Юлия	Елена К.		Андрей	Елена Г.
14:00							МФР
							Елена Г.
18:00	CYCLE						
	Константин						
	STRETCHING	PILATES	ТАВАТА	POWER START	STRETCHING		
Алиса	Елена К.	Константин	Петр	Евгения			
19:00	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА	FUNCTIONAL	PUMP	STRETCHING	ZUMBA		
	Алиса	Елена К.	Алиса	Петр	Евгения	<p>СРЕДА 19:00</p> <p>Инструктор: Сергеева Альбина</p> <p>Стоимость занятия: 1000 рублей</p>	
20:00	POWER CLASS	FIT DANCE	LOWER BODY + ABS	LATINA DANCE			
	Алиса	Ольга С.	Алиса	Анна			
21:00	НАТНА YOGA	STRETCHING	НАТНА YOGA	STRETCHING			
	Анастасия П.	Ольга С.	Анастасия П.	Анна			

СИЛОВЫЕ ПРОГРАММЫ
 АЭРОБНЫЕ ПРОГРАММЫ
 ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
 ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
 НАПРАВЛЕНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОГО И КРУГОВОГО ТРЕНИНГА

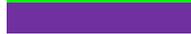
8 (499) 702-69-99

ЗАПИСЬ НА ЗАНЯТИЯ ЧЕРЕЗ САЙТ
www.fitnessavenue.ru



	ПОНЕДЕЛЬНИК 21 апреля	ВТОРНИК 22 апреля	СРЕДА 23 апреля	ЧЕТВЕРГ 24 апреля	ПЯТНИЦА 25 апреля	СУББОТА 26 апреля	ВОСКРЕСЕНЬЕ 27 апреля
9:00	AQUA АЭРОБИКА  Анастасия		AQUA АЭРОБИКА  Анастасия		AQUA АЭРОБИКА  Анастасия	9:00 - 11:30 YOGA ШКОЛА 90 мин  Аврора	
10:00							
11:00				10:30 - 12:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА И СУСТАВЫ 90 мин  Елена		В зале проходит тренировка CYCLE	
12:00							
13:00		PILATES STUDIO  Андрей					
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							
18:00	В зале проходит тренировка CYCLE						
19:00	ATHLETIC BODY  Ян		ZUMBA PARTY  Альбина	STEP FUNCTIONAL  Алиса			
20:00	TRX  Ян						DANCE AVENUE  Ольга
21:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА  Ян						

 СИЛОВЫЕ ПРОГРАММЫ
 АЭРОБНЫЕ ПРОГРАММЫ
 ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

 ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
 ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ
 НАПРАВЛЕНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОГО И КРУГОВОГО ТРЕНИНГА

