

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ



	Понедельник 29 мая	Вторник 30 мая	Среда 31 мая	Четверг 1 июня	Пятница 2 июня	Суббота 3 июня	Воскресенье 4 июня
9:00	HATHA YOGA Аврора		HATHA YOGA Аврора		HATHA YOGA Маргарита	HATHA YOGA Аврора	
10:00	POWER CLASS Мария	TAI-BO Андрей	BODY BALL Мария	SUPER SCULPT Андрей	ABL+TABS Константин	SUPER SCULPT Анастасия	POWER CLASS Мария
11:00	STRETCHING Мария	BALANCE BALL Андрей	STRETCHING Мария	PILATES Андрей	МФР+ STRETCHING Константин	STRETCHING Анастасия	MIND BODY Мария
						CYCLE Андрей	
12:00		DANCE MIX Анна	ТАНЕЦ ЖИВОТА Юлия К.		LATINO DANCE Анна	INTERVAL Андрей	
13:00		STRETCHING Анна			STRETCHING Анна	STRETCHING Андрей	

18:00	CYCLE Константин		CYCLE Илья				
	MIND BODY Мария	POWER CLASS Алиса	TABATA Константин	ABL+TABS Анастасия	STRETCHING Альбина		
19:00	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА Алиса	FUNCTIONAL STEP Алиса	SUPER SCULPT Андрей	МФР+ STRETCHING Анастасия	ZUMBA Альбина		
20:00	UPPER BODY+TABS Алиса	FIT DANCE Ольга	ABL Андрей	LATINO DANCE Мария М.	INTERVAL Мария		
21:00	HATHA YOGA Маргарита	STRETCHING Ольга	HATHA YOGA Маргарита	STRETCHING Мария М.			

STUDIO Pilates

ЕГОРОВ АНДРЕЙ
ВТОРНИК 12:00

КАСАПОВА НАТАЛЬЯ
ВТОРНИК 19:00

СТОИМОСТЬ 700 РУБ.
ЗАПИСЬ НА САЙТЕ: FITNESSAVENUE.RU

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

www.fitnessavenue.ru
@fitnessavenue

СИЛОВЫЕ ПРОГРАММЫ

АЭРОБНЫЕ ПРОГРАММЫ

ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

ВОССТАНОВИТЕЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ

НАПРАВЛЕНИЯ ИНТЕРВАЛЬНОГО И КРУГОВОГО ТРЕНИНГА

	Понедельник 29 мая	Вторник 30 мая	Среда 31 мая	Четверг 1 июня	Пятница 2 июня	Суббота 3 июня	Воскресенье 4 июня
9:00				ВИНЬЯСА ФЛОУ ЙОГА 90 min \$ Маргарита		Велосипедный заезд в Измайлово !9:30! \$ Андрей	
10:00						ЙОГА НИДРА \$ Аврора	
11:00		AQUA DANCE \$ Аня Петрова			AQUA DANCE \$ Аня Петрова	В зале проходит тренировка CYCLE	HIIT23 \$ Руслан
12:00		PILATES STUDIO \$ Андрей					АКВААЭРОБИКА \$ Мария
13:00							
14:00		В зале проходит тренировка		В зале проходит тренировка		OUTDOOR-ТРЕНИРОВКА \$ Селуков Кирилл	
17:00		СТАНЬ ГЕРОЕМ \$ Селуков Кирилл			СТАНЬ ГЕРОЕМ \$ Селуков Кирилл		
18:00	В зале проходит тренировка CYCLE		В зале проходит тренировка CYCLE				
19:00	ANTIGRAVITY \$ АННА А.		HIIT23 \$ Руслан	ANTIGRAVITY \$ АННА А.			
	АКВААЭРОБИКА \$ Мария	PILATES STUDIO \$ Касапова Наталья	АКВААЭРОБИКА \$ Мария				
			ZUMBA ОТКРЫТЫЙ УРОК НА ВЕРАНДЕ Альбина				
20:00			ЖИРОТОПКА \$ Мария	ШКОЛА ЙОГИ \$ Аврора			
21:00			В зале проходит тренировка \$		DANCE AVENUE (большой зал) \$ Ольга	СТОИМОСТЬ 700 РУБ. ЗАПИСЬ НА САЙТЕ: FITNESSAVENUE.RU	

