

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	Понедельник 4 сентября	Вторник 5 сентября	Среда 6 сентября	Четверг 7 сентября	Пятница 8 сентября	Суббота 9 сентября	Воскресенье 10 сентября
9:00	HATHA YOGA Аврора		HATHA YOGA Аврора		HATHA YOGA Маргарита	HATHA YOGA Аврора	
10:00	POWER CLASS Анастасия	TAI-BO Андрей	UPPER BODY+TABS Мария	SUPER SCULPT Андрей	ABL+TABS Мария	SUPER SCULPT Алиса	POWER CLASS Мария
11:00	STRETCHING Анастасия	BALANCE BALL Андрей	STRETCHING Мария	PILATES Андрей	MIND BODY Мария	STRETCHING Алиса	MIND BODY Мария
						CYCLE Андрей	
12:00		DANCE MIX Анна	ТАНЕЦ ЖИВОТА Юлия К.		LATINO DANCE Анна	INTERVAL Андрей	
		STRETCHING Анна			STRETCHING Анна	STRETCHING Андрей	

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

STUDIO Pilates

ЕГОРОВ АНДРЕЙ
ВТОРНИК 12:00

КАСАПОВА НАТАЛЬЯ
ВТОРНИК 19:00

СТОИМОСТЬ 700 РУБ.
ЗАПИСЬ НА САЙТЕ: FITNESSAVENUE.RU

www.fitnessavenue.ru
@fitnessavenue

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

	Понедельник 4 сентября	Вторник 5 сентября	Среда 6 сентября	Четверг 7 сентября	Пятница 8 сентября	Суббота 9 сентября	Воскресенье 10 сентября
9:00				ВИНЬСА ФЛОУ ЙОГА 90 min Мargarita		Велозезд в Измайлово Андрей	
10:00						БЕГОВОЙ КЛУБ в Измайлово Николь	
11:00						В зале проходит тренировка CYCLE	HIIT23 Руслан
12:00		PILATES STUDIO Андрей					TRX STUDIO Илья
13:00							
14:00							
17:00		СТАНЬ ГЕРОЕМ Селуков Кирилл			СТАНЬ ГЕРОЕМ Селуков Кирилл		
18:00	В зале проходит тренировка CYCLE		В зале проходит тренировка CYCLE				DANCE AVENUE !20:00! Ольга
19:00			HIIT23 Руслан				 <p>STUDIO Pilates</p> <p>ЕГОРОВ АНДРЕЙ ВТОРНИК 12:00</p> <p>КАСАПОВА НАТАЛЬЯ ВТОРНИК 19:00</p> <p>СТОИМОСТЬ 700 РУБ. ЗАПИСЬ НА САЙТЕ: FITNESSAVENUE.RU</p>
		PILATES STUDIO Касапова Наталья					
20:00	FITBOXING STUDIO БЕСКРЫЛОВ СЕРГЕЙ		ЖИРОТОПКА Мария	ШКОЛА ЙОГИ 90 min Аврора	FITBOXING STUDIO БЕСКРЫЛОВ СЕРГЕЙ		
21:00	ANTIGRAVITY АННА А.		ANTIGRAVITY АННА А.				

