

# РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

	Понедельник 22 июля	Вторник 23 июля	Среда 24 июля	Четверг 25 июля	Пятница 26 июля	Суббота 27 июля	Воскресенье 28 июля
9:00		НАТНА YOGA Тимур			НАТНА YOGA Тимур		
10:00	POWER CLASS Анастасия	TAI-BO Андрей	UPPER BODY+ TABS Алиса	SUPER SCULPT Андрей	ABL+TABS Анастасия		INTERVAL Ян
						CYCLE Андрей	
11:00	STRETCHING Анастасия	BALANCE BALL Андрей	STRETCHING Алиса	PILATES Андрей	MIND BODY Анастасия	INTERVAL Андрей	SUPER SCULPT Ян
	LATINA DANCE Анна		ТАНЕЦ ЖИВОТА Юлия			STRETCHING Андрей	МФР+ STRETCHING Ян
13:00	STRETCHING Анна		ЙОГАТЕРАПИЯ Юлия				

18:00	CYCLE Илья		CYCLE Илья				
	BALANCE BALL Андрей	POWER CLASS Алиса	ТАВАТА Константин	ABL+TABS Алиса	STRETCHING Евгения		
19:00	INTERVAL Ян	КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА Алиса	SUPER SCULPT Алиса	МФР+ STRETCHING Анна	ZUMBA Евгения		
	SUPER SCULPT Ян	FIT DANCE Ольга	МФР+ STRETCHING Алиса	LATINO DANCE Анна			
21:00		STRETCHING Ольга		STRETCHING Анна			



## «АКВА-АЭРОБИКА» STUDIO

Понедельник 9:00  
Пятница 9:00

МАСТЕР-ТРЕНЕР КУЗНЕЦОВА АНАСТАСИЯ

+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 22 июля	Вторник 23 июля	Среда 24 июля	Четверг 25 июля	Пятница 26 июля	Суббота 27 июля	Воскресенье 28 июля
9:00	АКВА-АЭРОБИКА  Анастасия				АКВА-АЭРОБИКА  Анастасия		
10:00							
11:00						В зале проходит тренировка CYCLE	
12:00		PILATES STUDIO  Андрей					
13:00							ЗДОРОВАЯ СПИНА  Ян
14:00							
15:00							
16:00							
17:00							DANCE AVENUE !20:00!  Ольга
18:00	В зале проходит тренировка CYCLE		В зале проходит тренировка CYCLE				
19:00		PILATES STUDIO  Касапова Наталья		СТЕП-ФУНКЦИОНАЛ  Алиса			
20:00							
21:00			ЗДОРОВАЯ СПИНА  Ян				

«АКВА-АЭРОБИКА» STUDIO

Понедельник 9:00  
Пятница 9:00

МАСТЕР-ТРЕНЕР КУЗНЕЦОВА АНАСТАСИЯ

