

Фитнес клуб "ПИОНЕР", г. Екатеринбург, ул. Смазчиков, д. 3. тел. (343) 213-01-31, +7 (904) 176-09-67

Действительно с «28» МАРТА 2018 г.

САЙТ: [WWW.PIONER66.RU](http://WWW.PIONER66.RU) ГРУППА ВКОНТАКТЕ: [VK.COM/PIONERFITNES](https://vk.com/pionerfitness)



Время	ЗАЛ	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
07.00	Зал 1		\$ Мини-группа 90-60-90 в ТЗ		\$ Мини-группа 90-60-90 в ТЗ			
09.00	Зал 1	ALL INCLUSIVE ** (пресс, бедра, ягодицы) Юлия	08.00 ЙОГА** Андрей		08.00 ЙОГА** Андрей	ALL INCLUSIVE ** (пресс, бедра, ягодицы) Юлия		
10.00	Зал 2	СТРЕТЧИНГ* Юлия				СТРЕТЧИНГ* Юлия		
11.00	Зал 1	СИЛОВАЯ КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА** Анна	11.00 ЭКСПРЕСС-ПОХУДЕНИЕ** Анна З.	СИЛОВАЯ КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА** Анна	11.00 ЭКСПРЕСС-ПОХУДЕНИЕ** Анна З.		11.00 ПИЛАТЕС Polestar* Анастасия	
12.00	Зал 1						12.00 СИЛОВАЯ КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА** Аннаа	ТАБАТА*** Анна
18.30	Зал 1	18.00	19.00 КАЛЛАНЕТИК ** Алена	ЗДОРОВАЯ СПИНА* Анна	18.00	ЗДОРОВАЯ СПИНА* Анна	13.00 Стретчинг * Анна	
18.30	Зал 2	ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО**Алена	ДЕТСКИЙ фитнес 4-5 лет Анна		ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО** (степ) Алена	ДЕТСКИЙ фитнес 4-5 лет Анна		15.00 ZUMBA** Настя
18.30	Зал 3			\$ POLE DANCE Юлия			17.00 BEST FIT** Юлия	17.00 \$ POLE DANCE Юлия
19.30	Зал 1	19.00 ПИЛАТЕС Polestar Анастасия	20.00 СТРЕТЧИНГ* Алена	СТЕП+сила** Вера	19.00 ПИЛАТЕС Polestar * Анастасия	ДЕТСКИЙ фитнес 7-8 лет Анна	18.00 Стретчинг * Юлия	17.00 Кросс-ФОРМУЛА*** Юлия
19.30	Зал 2	СТРЕТЧИНГ* Алена	ДЕТСКИЙ фитнес 7-8 лет Анна	ZUMBA** Настя	СТРЕТЧИНГ* Алена	ZUMBA** Настя		18.00 ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО** (боди-бар, фитбол) Алена
19.30	Зал 3	Персональная тренировка	\$ ХАТХА-ЙОГА** (1,5 часа) Екатерина		19.30 \$ ХАТХА-ЙОГА** (1,5 часа) Екатерина	Персональная тренировка		19.00 СТРЕТЧ +ПЛАСТИКА* Алена
20.30	Зал 1	20.00 СПЕЦ. Программа для похудения*** Анастасия	21.00 СТРИП-ДЭНС** Юлия	Body BALANCE* (Пилатес+Йога+стретчинг) Вера	20.00 СПЕЦ. Программа для похудения*** Анастасия	Фитнес-ЙОГА** Андрей	* , * , *** интенсивность тренировки \$ – ХАТХА-ЙОГА (1,5 ч), POLE DANCE оплачивается отдельно по абонементу в зал групповых программ. \$ МИНИ- группы оплачиваются отдельно по прайсу для МИНИ-ГРУПП.	
20.30	Зал 2	Фитнес-ЙОГА** Андрей	Кросс-ФОРМУЛА*** Юлия		20.30 СТРИП-ДЭНС** Юлия	Кросс-ФОРМУЛА*** Юлия		
20.30	Зал 3	\$ POLE DANCE Юлия		\$ ЭКЗОТИК POLE DANCE Юлия				