



Время	ЗАЛ	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
08.00	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) Кристина		ALL INCLUSIVE ** (пресс, бедра, ягодицы) Кристина		ALL INCLUSIVE ** (пресс, бедра, ягодицы) Кристина		
10.00	Зал 2	СТРЕТЧИНГ* Кристина		СТРЕТЧИНГ* Кристина		СТРЕТЧИНГ* Кристина		
15.00	Зал 1						11.00 ПИЛАТЕС-МИКС** Анастасия	12.00 РЕФОРМА ТЕЛА (закрытая группа) Алена
17.30	Зал 2	\$ ПИЛАТЕС+ЙОГА* (МИНИ-группа до 5 чел.) Наталья		\$ ПИЛАТЕС+ЙОГА* (МИНИ-группа до 5 чел.) Наталья			12.00 СИЛОВАЯ КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА**	13.00 СТЕП DANCE** Константин
18.30	Зал 1	18.00	ИНТЕРВАЛЬНАЯ тренировка** Константин	ЗДОРОВАЯ СПИНА* Наталья	18.00		13.00 Стретчинг *	14.00 ПРЕСС+СТРЕТЧ** Константин
18.30	Зал 2	ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО**Алена	Фитнес-ЙОГА* Лейсян	РЕФОРМА ТЕЛА (закрытая группа) Алена	ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО** (степ) Алена	Фитнес-ЙОГА* Лейсян	14.30 ПЕРС. тренировка Наталья	
18.30	Зал 3	ПЕРС. тренировка Наталья		\$ POLE DANCE Юлия	ПЕРС. тренировка Наталья			
19.30	Зал 1	19.00 ПИЛАТЕС МИКС Анастасия	МИОФАСЦИАЛЬНЫЙ РЕЛИЗ* Кристина	ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО** Алена	19.00 ПИЛАТЕС-МИКС** Анастасия			17.00 \$ POLE DANCE Юлия
19.30	Зал 2	ZUMBA** Настя	-----	ZUMBA** Настя	СТРЕТЧИНГ* Алена	КАЛЛАНЕТИК** (запись) Алена		18.00 ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО** (боди-бар, фитбол) Алена
19.30	Зал 3	СТРЕТЧИНГ* Алена	19.30 \$ ХАТХА-ЙОГА** (1,5 часа) Екатерина	ПЕРС. тренировка Наталья	19.30 \$ ХАТХА-ЙОГА** (1,5 часа) Екатерина			19.00 СТРЕТЧ +ПЛАСТИКА* Алена
20.00	Зал 1	HOT IRON (Хот Айрон)*** Анастасия Запись до 10 человек	-----	20.30 СТЕП DANCE*** Константин	HOT IRON (Хот Айрон)*** Анастасия Запись до 10 человек	Аренда зала	<p>\$ – ХАТХА-ЙОГА (1,5 ч). Доплата для владельцев клубных карт/абонементов 100 р. \$ – POLE DANCE оплачивается отдельно по абонементу в зал групповых программ. \$ МИНИ- группы оплачиваются отдельно по прайсу для МИНИ-ГРУПП.</p>	
20.00	Зал 2	-----	ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ тренировка*** Екатерина Т	-----	ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ тренировка*** Екатерина Т			
20.00	Зал 3	-----	-----	-----	-----			
21.00	Зал 1	-----	20.30 СТРИП-ДЭНС** Юлия	-----	-----			
20.30	Зал 2	-----	21.00 Аренда зала	РЕФОРМА ТЕЛА (закрытая группа)	20.30 СТРИП-ДЭНС** Юлия			
20.30	Зал 3	\$ POLE DANCE Юлия	-----	\$ ЭКЗОТИК POLE DANCE Юлия	-----			