

Расписание групповых программ с 4.03.2019г.

Понедельник			Среда			Пятница		
16.00 55 мин.	Проект "Преображение"\$	Большой зал	16.00 55 мин.	Проект "Преображение"\$	Большой зал	16.00 55 мин.	Проект "Преображение"\$	Большой зал
17.00 55 мин.	Кроссфит (набор группы)	Большой зал	17.00 55 мин.	Кроссфит (набор группы)	Большой зал	17.00 55 мин.	Кроссфит (набор группы)	Большой зал
18.10 55 мин.	Пилатес	Малый зал	18.10 55 мин.	Пилатес	Малый зал	18.10 55 мин.	Пилатес	Малый зал
18.00 55 мин.	Функциональная тренировка	Большой зал	18.00 55 мин.	Функциональная тренировка	Большой зал	18.00 55 мин.	Функциональная тренировка	Большой зал
19.20 55 мин.	Йога	Большой зал	19.20 55 мин.	Йога	Большой зал	19.20 55 мин.	Йога	Большой зал
19.20 55 мин.	Пилатес	Малый зал	19.20 55 мин.	Пилатес	Малый зал	19.20 55 мин.	Пилатес	Малый зал
20.30 55 мин.	Проект "Преображение"\$	Большой зал	20.30 55 мин.	Проект "Преображение"\$	Большой зал			

Вторник			Четверг			Суббота		
15.00 55 мин.	Проект "Стальной характер" \$	Большой зал	15.00 55 мин.	Проект "Стальной характер" \$	Большой зал			
18.00 55 мин.	Йогалатес	Большой зал	18.00 55 мин.	Йогалатес	Большой зал	Запись 55 мин.	Йогалатес*	Большой зал
19.00 55 мин.	Стрип пластика	Малый зал	19.00 55 мин.	Стрип пластика	Малый зал	Запись 55 мин.	Стрип пластика*	Малый зал
19.10 55 мин.	ABL (пресс, ягодицы, ноги)	Большой зал	19.10 55 мин.	ABL (пресс, ягодицы, ноги)	Большой зал	Запись 55 мин.	ABL (пресс, ягодицы, ноги)*	Большой зал
20.00 55 мин.	Pole Dance	Малый зал	20.00 55 мин.	Pole Dance	Малый зал	Запись 55 мин.	Pole Dance*	Малый зал
20.30 55 мин.	Проект "Идеальная-Я" \$	Большой зал	20.30 55 мин.	Проект "Идеальная-Я" \$	Большой зал			

* - занятия по субботам проводятся по предварительной записи

\$ - отдельная группа