



Расписание групповых программ с 21.09.2020г.

Понедельник		Среда		Пятница	
18.10 55 мин.	Пилатес Малый зал	18.10 55 мин.	Пилатес Малый зал	18.10 55 мин.	Пилатес Малый зал
19.20 55 мин.	Проект "Перезагрузка" \$ Малый зал	19.20 55 мин.	Проект "Перезагрузка" \$ Малый зал	19.20 55 мин.	Проект "Перезагрузка" \$ 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

Вторник		Четверг		Суббота	
18.10 55 мин.	Стретчинг Малый зал	18.10 55 мин.	Стретчинг Малый зал	Запись 55 мин.	Стретчинг* Малый зал
18.00 55 мин.	Йогалатес Большой зал	18.00 55 мин.	Йогалатес Большой зал	Запись 55 мин.	Йогалатес* Большой зал
19.20 55 мин.	Фитнес микс Малый зал	19.20 55 мин.	Фитнес микс Малый зал	Запись 55 мин.	Фитнес микс* Малый зал
19.10 55 мин.	АВЛ (пресс, ягодицы, ноги) Большой зал	19.10 55 мин.	АВЛ (пресс, ягодицы, ноги) Большой зал	Запись 55 мин.	АВЛ (пресс, ягодицы, ноги)* Большой зал
20.30 55 мин.	Проект "Идеальная-Я" \$ Большой зал	20.30 55 мин.	Проект "Идеальная-Я" \$ Большой зал		

* - занятие проводится по предварительной записи

\$ - проекты