

КРАСНЫЙ ЗАЛ на 4 этаже. РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
09:00 - 10:00	Садыкова Pilates	Наумова, Калланетик	Батозская ЛФК			Садыкова Адаптивная гимнастика	Наумова , Pilates
10:00 - 11:00	Садыкова, Здоровые ноги				Аникина , Body Power	Аникина , Body Power	Наумова , Шейпинг
	11:00 - 11:30 Велкам-встреча Садыкова						11:00 - 11:30 Велкам-встреча Наумова
11:00 - 12:00	Наумова , Шейпинг	Кашарина , Body Power	Садыкова , Шейпинг		Шабалова ЛФК		Кашарина , Power Stretch
12:00 - 13:00							
13:00 - 14:00						Катышков , Йога	
14:00 - 15:00							
15:00 - 16:00							
16:00 - 17:00				Наумова, Шейпинг			
17:00 - 18:00							
18:00 - 19:00	Наумова , Шейпинг	Наумова , Pilates		Наумова , Шейпинг			
		19:00 - 19:30 Велкам-встреча Наумова		19:00 - 19:30 Велкам-встреча Наумова	Йога для суставов. Светлана К.		
19:00 - 20:00		Смазина , Шейпинг	Наумова, Калланетик	Садыкова, Здоровая спина			
20:00 - 21:00							
21:00 - 22:00							

СИНИЙ ЗАЛ на 2 этаже. РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
					9:00-10:00 Кузнецова, Buttoks+ABS		
						в 11:00 Алексеев Interval	в 10:45 Батозская Buttoks+ABS
17:45 - 18:45	Аникина Body Power	Смазина, Buttoks+ABS	Шабалова Final Cuts	Кузнецова Lover Body	Аникина Upper body		
					18:45 - 19:15 Велкам-встреча Аникина		
18:45 - 19:45	Смазина, 6 кубиков	Батозская Smart Power	Аникина Body Power	Батозская FT			
	19:45 - 20:15 Велкам-встреча Смазина						

ЗЕЛЕНый ЗАЛ на 2 этаже. РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
	в 17:45 Усеинова Жиротоп						
		в 18:45 Алексеев Step Beg		в 18:45 Светлана К. Aerobic Mix			

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ в БАССЕЙНЕ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	
09:30 - 10:30	САНИТАРНАЯ ОБРАБОТКА	с 08:30 СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ	САН. КОНТРОЛЬ ЗА КАЧЕСТВОМ ВОДЫ	с 08:30 СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ	САН. КОНТРОЛЬ ЗА КАЧЕСТВОМ ВОДЫ	с 08:30 СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ	с 08:30 СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ	
10:30 - 11:30								
11:30 - 12:30				Гайн Aqua Power		Кузнецова Aqua Микс	в 11:30 Смазина Aqua Interval	Смазина Cross Fit
12:30 - 13:30								СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ
13:30 - 14:30								
14:30 - 15:30								
15:30 - 16:30								
16:30 - 17:30						СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ до 22:30	СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ до 19:00	Гайн Aqua Interval
17:30 - 18:30							СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ до 19:00	
18:30 - 19:30		в 18:45 Кузнецова Aqua Микс	Гайн Aqua Interval	Смазина Cross Fit				
19:30 - 20:30								
20:30 - 22:30		СВОБОДНОЕ ПОСЕЩЕНИЕ до 22:30						