


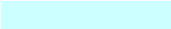
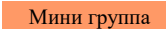


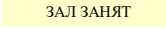


Расписание занятий в залах фитнес студии МАЙ т.223-86-01 доб1.

9 и 11 мая отмена групповых занятий в залах!

	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ		
БОЛЬШОЙ ЗАЛ									
8:40		08:40-09:20 КОМПЛЕКС Маша		08:40-09:20 КОМПЛЕКС Маша					
10:00	ЗДОРОВОЕ ДВИЖЕНИЕ Радмила		ЗДОРОВОЕ ДВИЖЕНИЕ Радмила		ЗДОРОВОЕ ДВИЖЕНИЕ Радмила	Внимание! 10:00 *TRX MIX (малый зал)	DINAMIC STRETCH Радмила		
11:00	МАУ "ЦСК" инструктор Китля Р. 11.00-14.00		МАУ "ЦСК" инструктор Саввина 13.00-16.00		МАУ "ЦСК" инструктор Китля Р. 11.00-14.00	PILATES Радмила (кроме 11.05)	ТАБАТА Радмила		
12:00						NEW!!! МАМА FIT (для беременных) Ксюша	STRETCH+ МФР Радмила		
13:00						13:45-14:30 ПЕРВОКЛАШКА+	13:00-13:45 ЗДОРОВАЯ СПИНА		
14:00	МАУ "ЦСК" инструктор Саввина 14.00-17.00	14:40-15:20 КОМПЛЕКС Ксюша	14:40-15:20 КОМПЛЕКС Татьяна	14:30-15:15 ЗДОРОВАЯ СПИНА	15:15-16:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА	14:35-14:30 ЗДОРОВАЯ СПИНА	13:45-14:30 ЗДОРОВАЯ СПИНА		
15:00						15:25-16:05 КОМПЛЕКС Ксюша	15:25-16:05 КОМПЛЕКС Татьяна	16:05-16:50 ПЕРВОКЛАШКА+	14:35-15:20 ПЕРВОКЛАШКА+
15:30						16:10-16:50 КОМПЛЕКС Ксюша	16:10-16:50 КОМПЛЕКС Татьяна	16:50-17:35 ПЕРВОКЛАШКА+	15:20-16:05 ПЕРВОКЛАШКА+
16:00									
17:00	NEW!!! BODY SCULPT Татьяна				ТАБАТА Радмила				
18:00	STRECHING Оксана	ЗДОРОВАЯ СПИНА Татьяна	STRECHING Оксана	ЗДОРОВАЯ СПИНА Татьяна (кроме 09.05)	DINAMIC STRETCH Радмила				
19:00	BODY ALL Оксана	PILATES Рустам	BODY ALL Оксана	CIRCUIT TRAINING Таня (кроме 9.05)					
20:00			NEW!!! DANCE MIX Таня II						
МАЛЫЙ ЗАЛ									
8:00				NEW!!! НИЗКИЙ ГАМАК МАША					
9:00	YOGA Оксана	9:20 *ГАМАКИ дети Маша	YOGA Оксана (кроме 01.05)	9:20 *ГАМАКИ дети Маша (кроме 09.05)					
10:00					10:00 Фристайл Оксана	10:00 *TRX MIX Радмила (кроме 11.05)			
11:00							NEW!!! МАМА FIT2 (после родов) Ксюша		
							12:15-13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА		
16:10							16:10 *ГАМАКИ дети Маша		
17:10	*ГАМАКИ дети Ксюша		*ГАМАКИ дети Ксюша				NEW!!! 17.10 Аэротрейнинг Ксюша		
18:10	*HOT IRON I Радмила	MISS FIT Рустам	*HOT IRON I Радмила	MISS FIT Рустам (кроме 09.05)					
19:10	STRETCH+ МФР Радмила	CIRCUIT TRAINING Таня	*TRX MIX Радмила	PILATES Рустам (кроме 09.05)					
20:10		* ГАМАКИ Оксана		YOGA Оксана (кроме 09.05)					
АКВААЭРОБИКА									
10:05						Настя (4 дор.)			
10:50	Оксана (4 дор.)		Оксана (4 дор.)						
17:35							Маша (2 дор.)		
18:20		Оксана (4 дор.)		Оксана (4 дор.)					
19:05	Настя (3 дор.)	Оксана (2 дор.)		Оксана (4 дор.)					

* - **Обязательна запись в группу. При неявке и отсутствии отмены-списание денежных средств за занятие.**

!!! - **Идёт запись в группу. Информация у администраторов фитнес студии.**

	Фитнес дети		Аквааэробика		Мини группа
	Силовые направления		Мягкие классы		ЗАЛ ЗАНЯТ
	Функциональные		Танцевальные		

Приглашаем вступить в нашу группу

В Телеграмм



В Контакте

