

Расписание занятий в залах фитнес с 11.07 по 03.08 тел: 2238601 (доб 1)

часы	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
БОЛЬШОЙ ЗАЛ							
9:00							
9:20							
10:00							
11:00							
12:00							
13:00							
14:00	14:00-16:50 Кардиотренажёры	14:00-17:50 Кардиотренажёры	14:00-16:50 Кардиотренажёры	14:00-17:50 кардиотренажёры	14:00 -16:50 кардиотренажёры		
15:00							
15:30							
16:00 / 16:30							
17:00	LOW BODY		БОДИ-ФИТНЕС		F-TRAINING		
18:00		Body sculpt	BODY STRETCH	ЗДОРОВАЯ СПИНА	ЗДОРОВАЯ СПИНА		
19:00	БОДИ-ФИТНЕС		F-TRAINING		LOW BODY		
19:10		ЗДОРОВАЯ СПИНА		Body sculpt			
20:00	STRETCH+МФР		STRETCH+МФР				
20:10							
МАЛЫЙ ЗАЛ							
9:00		YOGA (до 06.07)			YOGA (до 06.07)		
12:00							
13:00							
18:00	HOT IRON I		HOT IRON I				
18:10			(с 13.07)				
19:00							
19:10							
20:10							

	Силовые направления		Кардио-тренажёры
	Мягкие классы		
	Функциональные		

Приглашаем вступить в нашу группу

В телеграмм:

Вконтакте Спорткомплекс "Сибиряк"

Фитнес-студия

