Расписание занятий в залах фитнес ДЕКАБРЬ тел: 2238601 (доб 1)

1000 1000		<u> Распис</u>	ание заняти	и в залах фи	тнес ДЕКАБР	<u>'ь тел: 22386</u>	01 (доб 1)			
1000 1100	часы	понедельник	вторник			ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ		
SOMPLESC SURPRISED SURPR	БОЛЬШОЙ ЗАЛ									
1000 1100 1200	8:40									
1100 1200 1400	10:00	1	3ДОРОВОЕ		KOWII DILKC	ДВИЖЕНИЕ (кроме				
12-00 13-30 14-40-15-20 16-20-16-20 15-25-16-20 16-25-16-20 15-25-16-20	11:00					00/12/				
1300	12:00						· ·			
15:00	13:00						KNILOI			
15.30 15.25 16.05 16.05 16.0	14:00									
15:00 10:	15:00		КОМПЛЕКС		комплекс		ЗДОРОВАЯ СПИНА	ПЕРВОКЛАШКА+		
15:00 16:00 16:00-16:50 103BBORNHBH 3D 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 12:30 16:10-16:50 16:10-16	15:30									
17:00 18:00 18:00 20	16:00		16:10-16:50		16:10-16:50		ПЕРВОКЛАШКА+			
19:00 PAZIMBIDIA PILATES ЯНВ BODY ALL ORGAN BODY SCULPT TATISHING 23 II 30/12) ЯНВ BODY ALL (ROPONE 23/12) ЯНВ BODY A	17:00									
19:00 NODY ALL Palminta PILATES Яна BODY ALL Oксана TAHELI ЖИВОТА STRETCHING (кроме 28/12) Яна PILATES Яна OKCAHA (Каролина 28/12) Яна OKCAHA (Каролина 28/	18:00		* *							
20.00 YOGA Oкcaha TAHEII ЖИВОТА STRETCHING (spowe 29/12) Яна DANCE MIX (spowe 29/12) Яна NAMAKH (spowe 29/12) Яна OKCAHA (App.) OKCAHA (App.)										
28/12 Радмила 29/12 Яна						23 и 30/12) Яна				
10:00 YOGA Оксана **CYCTAB. ГИМН Каролина YOGA Оксана **CYCTAB. ГИМН Каролина ТАМАКИ Оксана **YOGA 1,5ч Каролина ТАМАКИ (кроме 29/12) Яна 10:10 TAMAKI (кроме 29/12) Яна	20:00	YOGA Оксана		28/12) Радмила	29/12) Яна					
9:00 YOGA Оксана **CYCTAB. ГИМН. Каролина 10:00 **YOGA 1,5ч Каролина 15:00				MA.	ЛЫИ ЗАЛ					
10:00 YOGA Оксана Каролина YOGA Оксана Каролина Каролина ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ (кроме 29/12) Яна ТАМАКИ (кроме 29/12) Яна ТАМАКИ (кроме 29/12) Яна ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ Оксана ТАМАКИ (кроме 29/12) Яна ТАМАКИ (кроме 29/12) Яна ТАМАКИ Оксана	8:00									
15:00 15:00 16:00 17:10 17:10 17:10 18:10 НОТ IRON I Оксана 18:10 Оксана 19:10 ТАМАКИ Оксана 17:10 18:10 Оксана 17:10 18:10 Оксана (4 дор.) 10:10 Оксана (4 дор.) 10:10 Оксана (4 дор.) 10:10 Оксана (4 дор.) 10:10 Оксана (2 дор.)	9:00	YOGA Оксана		YOGA Оксана		ГАМАКИ Оксана				
16:00 НОТ IRON I Оксана TRX ПЕТЛИ Яна Радмила НОТ IRON I Оксана TRX ПЕТЛИ Яна Радмила TRX ПЕТЛИ (кроме 23/12) Яна (кроме 23/12) Яна **YOGA 1,5ч Каролина 19:10 STRETCH+ MФР Оксана BODY SCULPT Татьяна STRETCH+ МФР Радмила PILATES (кроме 29/12) Яна 29/12) Яна **YOGA 1,5ч Каролина 20:10 ГАМАКИ Оксана YOGA Оксана 20:40 **Fitness mix !!! бесплатно 7:50 Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) Яна (4 дор.) 10:50 Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) 19:50 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (2 дор.)	10:00					ФРИСТАЙЛ Оксана				
17:10 17:10 18:10 НОТ IRON I Оксана 18:10 НОТ IRON I Оксана 19:10 ТАМАКИ Оксана 10:10 ТАМАКИ (кроме 23/12) Яна 10:10 ТАМАКИ Оксана 10:10 ТАМАКИ Оксана 10:10 ТАМАКИ Оксана 10:10 ТАМАКИ (кроме 23/12) Яна 10:10 ТАМАКИ Оксана 10:10	15:00	1								
17:10 ПАМАКИ (кроме 23/12) Яна **YOGA 1,5ч Каролина 18:10 НОТ IRON I Оксана ТRX ПЕТЛИ Яна Радмила НОТ IRON I Радмила STRETCHING (кроме 30/12) Радмила **YOGA 1,5ч Каролина 19:10 STRETCH+ МФР Оксана BODY SCULPT Татьяна STRETCH+ МФР Радмила PILATES (кроме 29/12) Яна Каролина **YOGA 1,5ч Каролина 20:10 ГАМАКИ Оксана YOGA Оксана **YOGA 0ксана **!! бесплатно 7:50 Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) Яна (4 дор.) 10:05 Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) Яна (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.)	16:00	-					7 '			
18:10 НОТ IRON I Оксана TRX ПЕТЛИ Яна НОТ IRON I Радмила TRX ПЕТЛИ (кроме 29/12) Яна 30/12) Радмила 19:10 STRETCH+ МФР Оксана BODY SCULPT Татьяна STRETCH+ МФР Радмила PILATES (кроме 29/12) Яна Каролина **YOGA 1,5ч Каролина 20:10 ГАМАКИ Оксана YOGA Оксана 20.40 ** Fitness mix !!! бесплатно 7:50 Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) Яна (4 дор.) 10:50 Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) Яна (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (2 дор.)	17:10	1				` •	·	1		
19:10 STRETCH+ МФР Оксана	18:10		TRX ПЕТЛИ Яна			STRETCHING (кроме		1		
20:10 ГАМАКИ Оксана YOGA Оксана 20:40 ** Fitness mix !!! бесплатно 10:50 Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) Яна (4 дор.) 10:50 Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) Яна (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (2 дор.)	19:10	STRETCH+ MΦP		STRETCH+ МФР	PILATES (кроме	**YOGA 1,5ч				
АКВААЭРОБИКА 7:50 Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) Яна (4 дор.) 10:05 Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) Яна (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) Оксана (4 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (2 дор.)	20:10			,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		20.40 ** Fitness mix				
7:50 Таня (2 дор.) Таня (2 дор.) 10:05 Оксана (4 дор.) Яна (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.)				AKBA	АЭРОБИКА					
10:05 Оксана (4 дор.) 10:50 Оксана (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.)	7:50		Таня (2 дор.)							
10:50 Оксана (4 дор.) 18:20 Оксана (3 дор.) Оксана (4 дор.) 19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.)		†					Яна (4 дор.)			
19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Таня (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.)		Оксана (4 дор.)		Оксана (4 дор.)						
19:05 Яна (3 дор.) Оксана (2 дор.) Таня (2 дор.) Оксана (3 дор.) 19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.)										
19:50 Радмила (2 дор.) Оксана (2 дор.)			(1)							
V V V V V V V V V V V V V V V V V V V			Оксана (2 дор.)		Оксана (3 дор.)					
	19:50	(1 · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		(' ' 1 ')						

Идет запись в группу. Информация у администраторов фитнес

Фитнес дети	Аквааэробика	Мини группы
Силовые направления	Мягкие классы	
Функциональные	Танцевальные	

Приглашаем вступить в нашу группу

В Телеграмм



В Контакте



