

Расписание занятий в залах фитнес- студии ИЮНЬ

12.06 работаем по расписанию

часы	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ
БОЛЬШОЙ ЗАЛ							
9:00							
10:00	10.00-17.00	09.00-18.00	10.00-17.00		09.00-17.00	F-TRAINING	
11:00				PILATES			
12:00				12.00-13.30			
15:00				15.00-17.00		15.00 Дети	
17:00				LOW body		БОДИ-ФИТНЕС	PILATES
18:00	FIT-BALL	БОДИ-ФИТНЕС	BODY STRETCH	LOW body	***BODY STRETCH		
19:00	БОДИ-ФИТНЕС	PILATES	F-TRAINING	БОДИ-ФИТНЕС	*** YOGA		
20:00	POWER YOGA	20.15 ТАНЕЦ ЖИВОТА	ATHLETIC Stretch	DANCE MIX			
МАЛЫЙ ЗАЛ							
9:00		YOGA			YOGA		
10:00	PILATES		PILATES				
11:00							
12:00							
15:00							
16:30							
17:10							
18:10	HOT IRON I	?!!CARDIO STRIKE	***TRX ПЕТЛИ	***STRETCH. ГАМАКИ	HOT IRON I		
19:10	BODY STRETCH	?!!!Интервал. Тренировка	ЗДОРОВАЯ СПИНА. NEW искл. 12,19, 26.06	***PILATES	LOW body		
20:10	LOW body	STRETCH. ГАМАКИ	***PILATES	***TRX ПЕТЛИ			
21:10							
АКВААЭРОБИКА							
7:50							
10:05							
18:20							
19:05							
19:50							

*** 05-07 июня инструктор Карандаева Евгения

	Валерия Сергеева
	Оксана Егорова
	Ольга Федорина
	Радмила Китиа
	Яна Кардаш
	Евгения Карандаева
	Анна Молчанова
	КАРДИО тренажеры