

РАСПИСАНИЕ СТУДИЙ (зал №1)

Школа Фитнеса

с 09.03.2020

| | ПОНЕДЕЛЬНИК | ВТОРНИК | СРЕДА | ЧЕТВЕРГ | ПЯТНИЦА | СУББОТА | ВОСКРЕСЕНЬЕ |
|-------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------|-------------|
| 8:00 | | | | | | | |
| 8:30 | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | |
| 9:30 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 10:30 | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОТНА 15+ | |
| 11:00 | | | | | | | |
| 11:30 | МАМА + МАЛЫШ | | | | МАМА + МАЛЫШ | | |
| 12:00 | | | | | | ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОТНА 15+ | |
| 12:30 | | | | | | | |
| 13:00 | | | | | | BOSU PRO | |
| 13:30 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:30 | FIT МАМА | | | | FIT МАМА | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | |
| 16:30 | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 17:30 | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 18:30 | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА ОТ 8 ДО 14 ЛЕТ | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 19:30 | | ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОТНА 15+ | | ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОТНА 15+ | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 20:30 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |

ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ

ВОЗДУШНАЯ ГИМНАСТИКА (от 8 до 14 лет) и ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОТНА Алина Степанова и Сергей Котов
 ZUMBA START Татьяна Корявина
 МАМА+МАЛЫШ Татьяна Саввина
 FIT МАМА Нина Шакирова
 BOSU PRO Оксана Чос

РАСПИСАНИЕ СТУДИЙ (зал персонального тренинга)

Школа Фитнеса
с 09.03.2020

| | ПОНЕДЕЛЬНИК | ВТОРНИК | СРЕДА | ЧЕТВЕРГ | ПЯТНИЦА | СУББОТА | ВОСКРЕСЕНЬЕ |
|-------|------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|--------------------|-------------|---------------------------|
| 8:00 | | | | | | | |
| 8:30 | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | |
| 9:30 | | | | | | | |
| 10:00 | | | | | | | |
| 10:30 | | ШКОЛА ШПАГАТА | | ШКОЛА ШПАГАТА | | | |
| 11:00 | | | | | | | |
| 11:30 | PILATES PRO | | PILATES PRO | | PILATES PRO | | YOGA PRO зал №3 |
| 12:00 | | | | | | | |
| 12:30 | | | | | | | ZUMBA START |
| 13:00 | | | | | | | |
| 13:30 | | | | | | ФЕЙСБИЛДИНГ | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 15:30 | | | | ZUMBA PRO | | | |
| 16:00 | | | | | | | |
| 16:30 | | ЗДОРОВАЯ СПИНА ОТ 7 ДО 14 ЛЕТ | | ЗДОРОВАЯ СПИНА ОТ 7 ДО 14 ЛЕТ | | | |
| 17:00 | | | | | | | |
| 17:30 | | ДЕТСКИЙ ФИТНЕС ОТ 4 ДО 6 ЛЕТ | | ДЕТСКИЙ ФИТНЕС ОТ 4 ДО 6 ЛЕТ | | | |
| 18:00 | | | | | | | |
| 18:30 | DANCE MIX ОТ 3 ДО 6 ЛЕТ | ZUMBA PRO | DANCE MIX ОТ 3 ДО 6 ЛЕТ | | | | |
| 19:00 | | | | | | | |
| 19:30 | СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ ОТ 6 ДО 12 ЛЕТ | ФЕЙСБИЛДИНГ | СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ ОТ 6 ДО 12 ЛЕТ | ФЕЙСБИЛДИНГ | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 20:30 | PILATES PRO | ШКОЛА ШПАГАТА | PILATES PRO | ШКОЛА ШПАГАТА | PILATES PRO | | |
| 21:00 | | | | | | | |

ТРЕНЕРСКИЙ СОСТАВ

ДЕТСКИЙ ФИТНЕС (от 4 до 6 лет) Радмила Китиа
 ЗДОРОВАЯ СПИНА (от 7 до 14 лет) Радмила Китиа
 DANCE MIX (от 3 до 6 лет) Вадим Ероцкий
 СПОРТИВНЫЕ ТАНЦЫ (от 6 до 12 лет) Вадим Ероцкий
 PILATES PRO Людмила Черезова
 YOGA PRO Анна Ошенберг
 ШКОЛА ШПАГАТА Татьяна Быстрых и Татьяна Корявина
 ZUMBA PRO Mr.Santana
 ФЕЙСБИЛДИНГ Алена Гончаренко