

РАСПИСАНИЕ С 01.04.19

***- набор группы (запишитесь)**

День недели	время	Фитнес-зал	тренер	время	Йога-зал	тренер	время	Дэнс-зал	тренер	
Понедельни							10.00	Интервальный тренинг	Наталья	
							17.00	Набор Зумба Юниор. 12-17лет*	Настя	
		17.50	Йога-Фит в гамаках	Ирина	18.00	Восточный танец. Дети(от 5лет)	Наталья Ш	18.00	Детский фитнес (4-6лет)	Наталья
		19.00	Коррекция фигуры	Наташа	19.00			19.00	Йога	Ирина
		20.00	Коррекция фигуры	Наташа	20.00	Пилатес	Ирина	20.00	Джампинг-Фит	Наталья
	21.00	Зумба	Настя							
Вторник	09.45	Йога-Утро	Ирина	10.00	Набор Моё солнышко 2-3 года*	Ольга Геннадьевна	10.00	Джампинг-фит утро	Наталья	
		11.00	Йогатерапия 55+	Ирина						
		18.00	Пилатес	Ирина	18.00			18.00	*Танцы на батутах. Дети группа №3	Настя
		19.30	Йога-Фит в гамаках	Ирина	19.00	Аренда		19.00	Восточный танец продолжающие	Наталья Ш
		20.30	Интервальный тренинг	Наталья	20.00	Набор Стретчинг (растяжка)*	Кристина	20.00	Восточный танец начинающие	Наталья Ш
							21.00	Набор Джампинг-Дэнс*	Настя	
Среда							17.00	Танцы на батутах. Дети	Настя	
		18.00	Йогатерапия 55+	Ирина			18.00	Зумба	Настя	
		19.00	Йога	Ирина			19.00	Танцы на батутах. Дети 8-13лет	Настя	
		20.00	Коррекция фигуры	Наташа	20.00	Йогатерапия/ Суставы. Позвоночник	Ирина	20.00	Джампинг-Фит	Наталья
Четверг							10.00	Интервальный тренинг	Наталья	
		17.50	Йога-Фит в гамаках	Ирина			18.00	Детский фитнес (4-6лет)	Наталья	
		19.00	Коррекция фигуры	Наташа			19.00	Йога	Ирина	
		20.00	Пилатес	Ирина	20.00	Набор Стретчинг (растяжка)*	Кристина	20.00	Интервальный тренинг	Наталья
		21.00	Зумба	Настя						
Пятница	09.45	Йога-Утро	Ирина				10.00	Джампинг-фит утро	Наталья	
		11.00	Йогатерапия 55+	Ирина			17.00	Набор Зумба Юниор. 12-17лет*	Настя	
		18.00	Пилатес	Ирина	18.00	Восточный танец. Дети (от 5 лет)	Наталья Ш	18.00	*Танцы на батутах. Дети группа №3	Настя
		19.00	Коррекция фигуры	Наташа	19.00	Йогатерапия/ Суставы. Позвоночник	Ирина	19.00	Восточный танец продолжающие	Наталья Ш
		20.00	Йога-Фит в гамаках	Ирина				20.00	Восточный танец начинающие	Наталья Ш
		21.00						21.00	Набор Джампинг-Дэнс*	Настя
Воскресенье	09.45	Йога-Утро	Ирина	10.00	Набор *Здоровячок+(2-3 года)	Кристина	10.00	Танцы на батутах. Дети (8-13 лет)	Настя	
		11.15	Здоровячок 9мес – 2 года	Кристина	11.00		11.00	Зумба	Настя	
		12.00	Йогатерапия 55+	Ирина	12.00	Аренда		12.00	Стрип-пластика	Настя
		13.00	Аренда				13.00	Танцы на батутах. Дети	Настя	

*- набор в группы. Запись у администратора клуба или по тел. 381-81-00