

День недели	время	Фитнес-зал	тренер	время	Йога-зал	тренер	время	Дэнс-зал	тренер
Понедельни							10.00	Интервальный тренинг	Наталья
	11.00	*Набор Пилатес с нуля	Наталья	18.00	Восточный танец. Дети(от 5лет)	Наталья Ш	17.00	Набор Зумба Юниор. 12-17лет*	Настя
	17.50	Йога-Фит в гамаках	Ирина	18.00			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			20.00	Пилатес	Ирина
	21.00	Зумба	Настя						
Вторник	08.45	Йога-Утро	Ирина	10.00	Моё солнышко 2-3 года+родители*	Ольга	10.00	Джампинг-фит утро	Наталья
	10.00	Йогатерапия 55+	Ирина	11.00	Аренда				
				12.00 - 18.00	Индивидуальные консультации психолога по записи	Ольга Геннадьевна			
	18.00	Пилатес	Ирина	18.00	Восточный танец с нуля взрослые*	Наталья Ш	18.00	Танцы на батутах. Дети 3	Настя
	19.30	Йога-Фит в гамаках	Ирина	19.00			19.00	Восточный танец продолжающие	Наталья Ш
	20.30	Интервальный тренинг	Наталья	20.00	*Женская йога	Кристина	20.00	Восточный танец начинающие	Наталья Ш
							21.00	Набор Джампинг-Дэнс*	Настя
Среда							17.00	Танцы на батутах. Дети 2	Настя
	18.00	Йогатерапия 55+	Ирина				18.00	Зумба	Настя
	19.00	Йога	Ирина				19.00	Танцы на батутах. Дети 1	Настя
	20.00	Коррекция фигуры	Наташа	20.00	Йогатерапия/ Суставы. Позвоночник	Ирина	20.00	Джампинг-Фит	Наталья
Четверг	11.00	*Набор Пилатес с нуля	Наталья				10.00	Интервальный тренинг	Наталья
	17.50	Йога-Фит в гамаках	Ирина	12.00 - 19.00	Индивидуальные консультации психолога по записи		18.00	Детский фитнес (4-6лет)	Наталья
	19.00	Коррекция фигуры	Наташа	19.00			19.00	Йога	Ирина
	20.00	Пилатес	Ирина	20.00			20.00	Интервальный тренинг	Наталья
	21.00	Зумба	Настя						
Пятница	08.45	Йога-Утро	Ирина	09.00	Восточный танец. Хобби-класс	Наталья Ш			
	10.00	Йогатерапия 55+	Ирина	11.00	Аренда		10.00	Джампинг-фит утро	Наталья
				17.00	Восточный танец. Дети (от 5 лет)	Наталья Ш	17.00	Набор Зумба Юниор. 12-17лет*	Настя
	18.00	Пилатес	Ирина	18.00	Восточный танец с нуля взрослые*	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	*Женская йога	Кристина	20.00	Восточный танец начинающие	Наталья Ш
	21.00						21.00	Набор Джампинг-Дэнс*	Настя
Воскресенье	09.00	Йога-Утро	Ирина	09.00	Восточный танец. Хобби-класс	Наталья Ш	10.00	Танцы на батутах. Дети 1	Настя
	11.15	Здоровячок 9мес – 2 года	Кристина	10.30	Йогатерапия 55+	Ирина	11.00	Зумба	Настя
	13.00	Интервальный тренинг	Наталья				12.00	Танцы на батутах. Дети 2	Настя
							13.00	Стрип-пластика*	Настя
						14.00	Джампинг-Фит	Наталья	

Значок * обозначает, что группа набирается.

В клубе работает высококлассный психолог.

Запись у администратора клуба или по тел. 381-81-00