

Время	Зал	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Время
		23 ноября	24 ноября	25 ноября	26 ноября	27 ноября	28 ноября	29 ноября	
7:00	РИНГ			! Muay Thai P Алексей					7:00
8:00	Зал № 1	Super Sculpt Катя			Bums+Tabs Катя				8:00
	РИНГ						! Muay Thai P Алексей		
9:00	Зал № 1	ABL Катя			Flex Катя	Super Sculpt Эд			9:00
	Зал № 4	Pilates 1 Таня Д.					Yoga Самир		
	Сycle								
	РИНГ	Boxing Николай					Boxing Николай		
9:30	Сycle		CYCLE PRO 55 P Яна		CYCLE BASIC 45 Яна				9:30
10:00	Зал № 1	Dance Mix Никита	Super Sculpt Игорь	PUMP Лиза	Functional Артур				10:00
	Зал № 4		Yoga Лена	Flex Лена					
10:30	РИНГ						★ Boxing Николай		10:30
11:00	Зал № 1	Step-n-Sculpt Эд		Step 2 P Эд	ABL Эд	Upper Body Эд	Upper Body Эд	Pilates 1 Катя	11:00
	Зал № 3							Kizomba Никита	
	Зал № 4	★ Contemporary Yoga 90 P Лена			Oriental Юля Ф.		Flex Лена		
	Сycle	★ CYCLE BASIC 45 Катя							
12:00	Зал № 1	PUMP Эд	Upper Body Эд	Tab - Flex Эд	Aerobics Эд	ABL Игорь	ABL Эд	Super Sculpt Катя	12:00
	Зал № 4						★ Oriental 90 P Юля Ф.		
	СПТ								
	Сycle						CYCLE BASIC 45 Артур		
13:00	Зал № 1	Upper Body Эд	Super Sculpt Эд	Latino Надя	Super Sculpt Эд	Tab - Flex Игорь	Interval Эд	Upper Body Игорь	13:00
	Зал № 3			Yoga Самир					
	Зал № 4			★ Barre Tr P Тамара	Yoga Самир				
	Зал № 5 (балкон)						★ Здоровый позвоночник P Даниел		
	ЙС							★ ANTIGRAVITY P Катя	
	Сycle					★ CYCLE BASIC 45 Николай К.			
14:00	Зал № 1			Upper Body Эд			PUMP Эд	Bums+Tabs Игорь	14:00
	Зал № 3					Kizomba Никита			
	Зал № 4		Classic P Тамара	★ PILATES ARC P Тамара		Classic P Тамара	Dance Mix Артемий		
	ЙС				★ Здоровый голос P Самир				
	Зал № 5 (балкон)			★ Здоровый позвоночник P Даниел					
15:00	Зал № 1				Tab - Flex Тамара			Flex Игорь	15:00
	Зал № 3								
	Зал № 4	Bums + Flex Эд	Functional Артур			Upper Body Лиза			
	Зал № 4	Pilates 2 Ксения							
16:00	РИНГ	! Muay Thai P Алексей		! Muay Thai P Алексей		! Muay Thai P Алексей			16:00
17:00	Зал № 1								17:00
18:00	РИНГ								18:00
18:30	Зал № 1	Super Sculpt Игорь	Step 1 Таня О.	Classic Тамара	Super Sculpt Игорь	Upper Body Игорь			18:30
	Зал № 4	Oriental Юля Ф.	Pilates 2 Катя	Upper Body Лиза	Pilates 1 Катя				
	ЙС				★ Flex & Antigravity P Тамара				
	Сycle	★ CYCLE BASIC 45 Николай К.							
19:00	РИНГ	Kikboxing Дмитрий					Boxing Максим		19:00
	Зал № 5 (балкон)		★ Здоровый позвоночник P Даниел						
	Зал № 1	Interval Игорь	★ PUMP Катя	PUMP Лиза	Interval Игорь	ABL Игорь			
	Зал № 3		Oriental Юля	Dance Mix Тамара	Yoga Лена				
	Зал № 4				★ Contemporary Dance P Артемий	Yoga Артемий			
	Зал № 5 (балкон)			Shivananda Yoga 90 P Арина					
	СПТ				Barre Tr P Тамара				
	ЙС								
19:30	Сycle	CYCLE PRO 55 P Николай К.							19:30
	РИНГ		! Women's Boxing P Карен		! Women's Boxing P Карен				
	ЗВЕ			Тхэквон-До P Дмитрий О.					
	РИНГ	★ Boxing Николай		Boxing Максим					
20:00	СТУДИЯ ПИЛАТЕС				! Pilates Reformer P Катя				20:00
	Сycle					CYCLE BASIC 45 Артур			
20:30	Зал № 1	ABL Игорь	Super Sculpt Таня О.	Functional Артур	PUMP Игорь	Dance Mix Артемий			20:30
	Зал № 3		Latino Advanced P Алексей Д.						
	Зал № 4	Akuna Fitness Никита	Yoga Лена	Yoga Артемий		Tab - Flex Игорь			
21:30	Зал № 4								21:30

НОВАЯ СЕКЦИЯ

WOMEN'S BOXING

вторник в 19:30
четверг в 19:30



подробная информация на сервисе