

Время	Зал	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье	Время
		11 января	12 января	13 января	14 января	15 января	16 января	17 января	
8:00	Зал № 1	Super Sculpt Катя			Bums+Tabs Катя				8:00
9:00	Зал № 1	ABL Катя			Flex Катя	Super Sculpt Эд	!		9:00
	Зал № 4	Pilates 1 Ира Г.		Pilates Advanced P Ира Г.			Yoga Самир		
	ЙС					ANTIGRAVITY P Таня Д.			
	СТУДИЯ ПИЛАТЕС РИНГ	Boxing Шамиль		Pilates Reformer P Таня Д.		Pilates Reformer P Ира Г.		Boxing Шамиль	
9:30	Cycle		CYCLE PRO 55 P Яна		CYCLE BASIC 45 Яна			9:30	
10:00	Зал № 1	Latino Ира Г.	Super Sculpt Игорь	PUMP Эд	Functional Артур				10:00
	Зал № 4		Yoga Лиля	Pilates 2 Ира Г.				Yoga 90 P Лиля	
	ЙС								
10:30	Ринг						★ Boxing Николай		10:30
11:00	Зал № 1	Step-n-Sculpt Эд	AeroDance P Игорь	Step 2 P Эд	ABL Эд	Upper Body Эд	Upper Body Эд	Pilates 1 Катя	11:00
	Зал № 3							Kizomba Никита	
	Зал № 4	Vinyasa Flow Yoga P Лена			Oriental Маша	Vinyasa Flow Yoga P Лена	Pilates 2 Ира Г.		
	Cycle	★ 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						Barre Tr P Ира Г.		
	Cycle						CYCLE BASIC 45 Таня Д.		
13:00	СТУДИЯ ПИЛАТЕС	Pilates Reformer P Оксана				Pilates Reformer P Оксана			13:00
	Зал № 1	Upper Body Эд	Super Sculpt Эд	Latino Ира Г.	Super Sculpt Эд	Tab - Flex Игорь	Interval Эд	Step 1 Игорь	
	Зал № 3			Yoga Самир	Yoga Самир				
	Зал № 4			★ Barre Tr P Тамара					
	Зал № 5 (балкон)						★ Здоровый позвоночник P Даниел		
	ЙС							★ ANTIGRAVITY P Катя	
14:00	Зал № 1			Upper Body Оксана	ZUMBA Таня Д.		PUMP Эд	Bums+Tabs Игорь	14:00
	Зал № 3				★ Здоровый голос P Самир	Kizomba Никита		Classic Алексей Д.	
	Зал № 4	Pilates Advanced P Оксана	Classic P Тамара	★ PILATES ARC P Тамара		Classic P Тамара	Dance Mix Таня Д.		
	ЙС								
15:00	Зал № 5 (балкон)			★ Здоровый позвоночник P Даниел					15:00
	Зал № 1				Tab - Flex Тамара			Flex Игорь	
	Зал № 3							Latino Алексей Д.	
	Зал № 4	Bums + Flex Оксана	Functional Артур			Super Sculpt Оксана			
16:00	ЙС			★ ANTIGRAVITY P Оксана					16:00
	Зал № 4	Pilates 2 Ксения				Pilates Advanced P Оксана	Contemporary Dance P Артемий		
17:00	Ринг	! Muay Thai P Алексей		! Muay Thai P Алексей		! Muay Thai P Алексей			17:00
18:00	Ринг								18:00
18:30	Зал № 1	Super Sculpt Игорь		Classic Ира Г.	Super Sculpt Катя	Upper Body Игорь	<h2>PILATES REFORMER</h2> <p>понедельник 12:00 среда 9:00 четверг в 20:00 пятница 9:00 пятница 12:00</p> <p>! - ВНИМАНИЕ! УРОК ПО ЗАПИСИ подробная информация на сервисе</p>	18:30	
	Зал № 4	Oriental Маша	Pilates 2 Катя	Bums-Tabs Оксана	Pilates 1 Ира Г.				
	ЙС		★ Flex & Antigravity P Тамара		INTERVAL YOGA P Лиля				
	Cycle	★ CYCLE BASIC 45 Николай К.							
19:00	Ринг	Kikboxing Дмитрий				Boxing Максим		19:00	
	Зал № 5 (балкон)		★ Здоровый позвоночник P Даниел						
19:30	Зал № 1	Interval Игорь	PUMP Катя	ABL Оксана	Interval Артур	Step 1 Игорь	19:30		
	Зал № 3		Oriental Юля	Dance Mix Тамара	Yoga Лиля				
	Зал № 4		Barre Tr P Тамара			Pilates 1 Ира Г.			
	Зал № 5 (балкон)			Shivananda Yoga 90 P Арина					
	Cycle	CYCLE PRO 55 P Николай К.							
20:00	ЗВЕ			Тхэквон-До P Дмитрий О.			20:00		
	Ринг	★ Boxing Николай		Boxing Максим					
20:30	СТУДИЯ ПИЛАТЕС				! Pilates Reformer P Катя		20:30		
	Cycle					CYCLE BASIC 45 Артур			
	Зал № 1	ZUMBA Таня Д.		Functional Артур	PUMP Артур	Strip Ира Г.			
21:00	Зал № 3						21:00		
	Зал № 4	ABL Игорь	Yoga Лена	Yoga Артемий		Tab - Flex Игорь			
21:30	Ринг				Kikboxing Дмитрий		21:30		
21:30	Зал № 4				High Heels P Таня Д.		21:30		

ТЕЛЕФОН: 8 (495) 981 42 42

Наш сайт в Интернете: [www.fitnessmania.ru](http://www.fitnessmania.ru)

! - ВНИМАНИЕ! УРОК ПО ЗАПИСИ