

Время	Зал	Понедельник 19 июля	Вторник 20 июля	Среда 21 июля	Четверг 22 июля	Пятница 23 июля	Суббота 24 июля	Воскресенье 25 июля	Время
8:00	Зал № 1	Super Sculpt Катя			Bums+Tabs Катя				8:00
	Зал № 1	ABL Катя			Flex Катя	Super Sculpt Эд			
9:00	Зал № 4	Pilates 1 Тая Д.					Yoga Самир		9:00
	ЙС					ANTIGRAVITY P Тая Д.			
9:30	Студия Пилатес			Pilates Reformer P Тая Д.					
9:30	Cycle				CYCLE BASIC 45 Яна				
10:00	Зал № 1		Super Sculpt Игорь	PUMP Эд	Functional Артур				10:00
	Cycle					CYCLE BASIC 45 Максим			
10:30	СПП							Pilates Adv + MFR P Ирина К.	
10:30	Ринг						Boxing Николай		
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 90 P Лена				Vinyasa Flow Yoga 90 P Лена	Pilates 2 Ирина К.	PortDeBras @ P Алена	
	Cycle								
12:00	Зал № 1	PUMP Эд		Tabs - Flex Эд	Aerobics Эд	ABL Лиза	ABL Эд	Super Sculpt Катя	12:00
	Зал № 3							Functional Алена	
	Зал № 4			Pilates 2 Оксана				Oriental 90 P Юлия Ф.	
	Студия Пилатес	Pilates Reformer P Оксана				Pilates Reformer P Оксана			
	Зал № 5 (балкон)			Здоровый позвоночник P Даниел					
Cycle						CYCLE BASIC 45 Тая Д.			
13:00	Зал № 1	Upper Body Эд	Upper Body Лиза	Latino Надя	Super Sculpt Эд	Interval Максим	PUMP Эд	Interval Максим	13:00
	Зал № 3			Yoga Самир	Yoga Самир				
	Зал № 4		Classic P Тамара	Barre Tr P Тамара	Barre Tr P Тамара				
	Зал № 5 (балкон)						Здоровый позвоночник P Даниел		
14:00	Зал № 1		Super Sculpt Лиза	Upper Body Оксана	ZUMBA Тая Д.			Bums+Tabs Алена	14:00
	Зал № 3			Здоровый голос P Самир		Kizomba Никита			
	Зал № 4	Pilates Advanced P Оксана		PILATES ARC P Тамара	Flex P Тамара	Classic P Тамара	Dance Mix Тая Д.		
	ЙС		ANTIGRAVITY P Тамара						
15:00	Зал № 1				Tabs - Flex Тамара			Flex Алена	15:00
	Зал № 3								
	Зал № 4	Bums + Flex Оксана	Functional Артур			Super Sculpt Оксана			
	ЙС			ANTIGRAVITY P Оксана					
16:00	Зал № 4					Antigravity Stretching P Оксана			16:00
	ЙС								
18:30	Зал № 1	Super Sculpt Игорь	FitBoxing Алена	Classic Тамара	Super Sculpt Алена	Upper Body Тая Д.	<p>каждое воскресенье в 12:00</p> <p>Oriental 90</p> <p>танцевальный урок под руководством Юлии Фархат</p> <p>чемпионки мира по народному арабскому танцу</p> <p>подробная информация на сервисе</p>		18:30
	Зал № 4		Pilates 2 Катя	Bums-Tabs Артур					
19:00	ЗВЕ		Здоровый позвоночник P Даниел	Таеквон-До P Дмитрий О.					19:30
19:30	Зал № 1	Step 2 Игорь	PUMP Катя	Step 1 Артур	Interval Алена	Functional Максим			
	Зал № 3			Dance Mix Тамара	Yoga Самир				
	Зал № 4		PortDeBras @ P Алена			Pilates 1 Тая Д.			
20:00	Зал № 5 (балкон)			Shivananda Yoga 90 P Арина					20:30
	Ринг	Boxing Николай		Boxing Максим					
20:30	Cycle					CYCLE BASIC 45 Артур			21:00
	Зал № 1	ZUMBA Тая Д.	Super Sculpt Алена	Functional Артур	PUMP Алена	Strip Тая Д.			
21:00	Зал № 4	ABL Игорь	Yoga Лена				21:30		
	Ринг				Kickboxing Дмитрий				
21:30	Зал № 4	Tabs - Flex P Тая Д.							

ТЕЛЕФОН: 8 (495) 981 42 42

Наш сайт в Интернете: www.fitnessmania.ru

! - ВНИМАНИЕ! УРОК ПО ЗАПИСИ