

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Понедельник Вторник Среда Четверг Пятница **Суббота** **Воскресенье**

9:00	ЙОГА Полина зал №1	X	ЙОГА Полина зал №1	X	ЙОГА Полина зал №1	X	X
11:00	X	LOW BODY Светлана Зал №2	СТЕП Лариса Зал №2	СТЕП Светлана Зал №2	АЭРОБИКА Лариса Зал №2	СУПЕР СТРОНГ Светлана Зал №2	СТЕП Елена С. Зал №2
12:00	X	X	СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Елена С. Зал №2	X	ИНТЕРВАЛЬНАЯ ТРЕНИРОВКА Елена С. Зал №2	X	X
14:00	X	X	X	X	X	X	ПИЛАТЕС Михаил Зал№2
15:00	X	X	X	X	X	X	СТРЕТЧИНГ Лариса Зал №2
17:30	ЗДОРОВАЯ СПИНА Елена С. Зал №2	СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Лариса Зал №2	X	СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Лариса Зал №2	X	СТЕП Лариса Зал №2	X
18:30	ФИТ БОЛ Елена С. Зал №2	СТЕП Елена С. Зал №2	АЭРОБИКА Лариса Зал №2	ФИТ БОЛ Настя Зал №2	СТЕП Лариса Зал №2	АЭРОБИКА Лариса Зал №2	X
19:30	СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Елена С. Зал №2	X	MIND&BODI Наталья Зал №2	СТЕП Настя Зал №2	MIND&BODI Наталья Зал №2	ТАЙ-БО Михаил Зал №2	X
20:30	MIND&BODI Наталья Зал №2	ИНТЕРВАЛЬНАЯ АЭРОБИКА Инна Зал №2	X	СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА Инна Зал №2	X	X	X