

ПОНЕДЕЛЬНИК      ВТОРНИК      СРЕДА      ЧЕТВЕРГ      ПЯТНИЦА      СУББОТА      ВОСКРЕСЕНЬЕ

**ЗАЛ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ**

10:00						
11:00	YOGA		YOGA		LOWER BODY	FIT BALL
12:00	LOWER BODY		SUPER STRONG		FT	SUPER STRONG
13:00	FLEX		PILATES		Strip dance	PILATES
14:00						YOGA 1.5 часа
15:00						
16:00					Ножевые !!!бои!!!	
17:00					1.5 часа	
18:00	SUPER STRONG	CENTER BODY	LOWER BODY	FIT BALL	PILATES	
19:00	ТАБАТА	FT	STEP	ЗДОРОВАЯ СПИНА	PUMP	
20:00	HOT IRON	FIT BALL	SUPER STRONG	LOWER BODY	ТАБАТА	
21:00	ABS+FLEX	FLEX	YOGA 1.5 часа	FLEX		

**!!! ЗАНЯТИЕ ПО ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ОПЛАТЕ, ПРОВОДИТСЯ В ГРУППЕ ОТ 2-Х ЧЕЛОВЕК**
**ЗАЛ БОКСА**

					БОКС жен по договор	
21:00	БОКС жен					
22:00	БОКС муж		БОКС муж		БОКС муж	