

Расписание групповых программ

	ВРЕМЯ	СТОИМОСТЬ	ТРЕНИРОВКА	ЗАПИСЬ
ПОНЕДЕЛЬНИК	9:00		Антигравити \$	Запись
	10:00		Пилатес	
	11:00		Сила	Запись
	12:00		Йогатерапия\$	
	18:30		Гибкость	
	19:30		Функционал	Запись
	20:30		Фитнес бикини \$	
ВТОРНИК	10:00		Гибкость	
	11:00		Интервал	
	19:00		Интервал	
	20:00		Пресс+гибкость	
	21:00		Супер ноги \$	
СРЕДА	10:00	--	Тонус	
	11:00		Fiex флоу \$	
	18:30		Суставная гимнастика	
	19:30		Функционал	
	20:00		Фитнес бикини \$	
ЧЕТВЕРГ	9:00	--	Антигравити \$	Запись
	10:00		Разумное тело	
	11:00		Функционал	
	18:30		Здоровая спина	
	19:30		Сила	
	21:30		Антигравити \$	
ПЯТНИЦА	10:00		Супер стронг	
	11:00		Пресс+гибкость	
	19:00		Фитбол	
	20:00		Суставная гимнастика	
	20:00		Фитнес бикини \$	
	21:00		Супер ноги \$	
СУББОТА	10:00		Зумба	Запись
	12:00		Гибкая сила \$	
ВОСКР.	10:30		Йога	Запись
	11:30		Сила	
	12:30		Аэро-йога \$	