

















|       | Понедельник   | Вторник   | Среда   | Четверг   | Пятница  | Суббота   | Воскресенье   |
|-------|---|---|---|---|--|---|---|
| 9:30  | <b>Total workout</b><br>Сергей  |    | <b>Body Sculpt</b><br>Ольга К.  |    | <b>Functional Training</b><br>Ольга К.   |  |  |
| 10:00 | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   | <b>Fitball</b><br>Олеся   | <b>10:30 Abs+Stretch</b><br>Ольга К.  | <b>Pilates</b><br>Олеся   | <b>10:30 Abs</b><br>Ольга К.   | <b>Functional Training</b><br>Анна  | <b>TaiBo</b><br>Александр   |
|       | <b>10:30 Abs</b><br>Сергей  | <b>10:00 AirSwing Yoga*</b><br>Катя<br>(зал бокса)                                  |   | <b>10:00 AirSwing Yoga*</b><br>Катя<br>(зал бокса)                                  |  | <b>Belly Dance</b><br>Татьяна   | <b>Stretch</b><br>Мария   |
|       |    |   |    |   |  | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   |
| 11:00 | <b>Stretch</b><br>Ольга К.  | <b>Soft Fitness 50+</b><br>Олеся  |   | <b>Abs</b><br>Олеся   | <b>Stretch</b><br>Ольга К.   | <b>Abs</b><br>Анна  | <b>Pilates</b><br>Олеся   |
|       | <b>Уважаемые клиенты!</b><br><b>По будням с 7:00 до 17:00 и по выходным с 17:00 до 22:00 время для настольного тенниса.</b> |   |   |   |  | <b>Belly Sexy</b><br>Татьяна  | <b>Abs</b> Александр  |
|       |   |   |   | <b>11:30 Soft Fitness 50+</b><br>Олеся  |  | <b>11:30 Pilates</b><br>Анна  |   |
| 12:00 |   |   |   |   |  | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   |  |
| 17:00 | * Занятия по предварительной записи.<br>Запись производится на рецепции за 1 день до занятия.                               |   |   |   |  |   | <b>Functional Training</b><br>Алина   |
|       |   |   |   |   |  |   | <b>Latina Club</b><br>Алексей   |
| 18:00 | <b>Zumba</b><br>Дарья   | <b>Total workout</b><br>Сергей  | <b>Functional Training</b><br>Анна  | <b>Total workout</b><br>Сергей  | <b>Functional Training</b><br>Дарья  |   | <b>Core+Stretch</b><br>Алина  |
|       | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   | <b>Фламенко</b><br>Виктория   | <b>Postural Training</b><br>Екатерина   | <b>Dance Step</b> Алина   |  |   | <b>Бальные танцы</b><br>Алексей   |
|       | <b>Abs+Stretch</b><br>Алина   | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   |  | <b>18:30 AirSwing Yoga*</b><br>Анна<br>(зал бокса)                                   |   |   |
| 19:00 | <b>BEST Fit</b><br>Алина  | <b>Stretch</b><br>Виктория  | <b>Pilates</b><br>Анна  | <b>Athletic Stretch</b><br>Алина  | <b>Abs+Stretch</b><br>Дарья  |   |   |
|       | <b>Stretch</b><br>Дарья   | <b>Abs</b><br>Сергей<br>(зал бокса)   | <b>Abs+Stretch</b><br>Екатерина   | <b>TaiBo</b><br>Александр   |  |   |   |
|       | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   |  | <b>TRX*</b><br>Ольга<br>(зал бокса)   |   |  |   |   |
| 20:00 | <b>Yoga</b><br>Анна   |   | <b>Yoga</b><br>Анна   |   |  |   |   |
|       |    | <b>Latina Club</b><br>Алексей   |  |   |  |   |   |
| 21:00 |   | <b>Бальные танцы</b><br>Алексей   |   |   |  |   |   |

Зал №1

Зал №2

## РАСПИСАНИЕ САЙКЛА

|       | Понедельник   | Вторник                        | Среда                      | Четверг   | Пятница | Суббота   | Воскресенье                |
|-------|---|--------------------------------|----------------------------|---|---------|---|----------------------------|
| 11:00 |   |                                |                            |   |         | <b>V-Cycling*</b><br>Ольга  | <b>V-Cycling*</b><br>Ольга |
| 12:00 |  |                                |                            |   |         |  |                            |
| 18:00 |   |                                |                            |  |         |   |                            |
| 19:00 |   |                                |                            |   |         |   |                            |
| 20:00 | <b>V-Cycling*</b><br>Ольга  | <b>C-Cycling*</b><br>Александр | <b>V-Cycling*</b><br>Ольга | <b>C-Cycling*</b><br>Александр  |         |   |                            |