

Расписание групповых занятий фитнес клуба Fitness First ОЦЕНЬ



ДНИ НЕДЕЛИ	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье		ДНИ НЕДЕЛИ
	Зал групповых занятий	Бассейн	Зал групповых занятий	Бассейн	Зал групповых занятий	Бассейн	Зал групповых занятий	Бассейн	Зал групповых занятий	Бассейн	Зал групповых занятий	Бассейн	Зал групповых занятий	Бассейн	
9:00	LB+ABS (55 мин) Александр	AQUA INTERVAL (45 мин) Татьяна	ATHLETIC STRETCH (55 мин) Вера		UB+ABS (55 мин) Александр	AQUA INTERVAL (45 мин) Татьяна	ATHLETIC STRETCH (55 мин) Вера		ABS+FLEX (55 мин) Александр	AQUA INTERVAL (45 мин) Татьяна					9:00
10:00	LATINO MIX (55 мин) Татьяна		FITNESS YOGA (55 мин) Гелия	ДЕТСКИЙ КЛУБ JUNIOR SWIM (45 мин) 6-12 лет Мария	LATINO MIX (55 мин) Татьяна		FITNESS YOGA (55 мин) Гелия	ДЕТСКИЙ КЛУБ JUNIOR SWIM (45 мин) 6-12 лет Мария	LATINO MIX (55 мин) Татьяна						10:00
11:00	STRETCHING (55 мин) Татьяна				STRETCHING (55 мин) Татьяна				STRETCHING (55 мин) Татьяна		FITNESS YOGA (55 мин) Гелия		FITNESS YOGA (55 мин) Олеся		11:00
12:30	FITNESS YOGA (55 мин) Олеся				FITNESS YOGA (55 мин) Олеся				FITNESS YOGA (55 мин) Олеся						12:30
14:00											STEP POWER (55 мин) Татьяна				14:00
15:00	FIGHT KICK (90 мин) Максим				FIGHT KICK (90 мин) Максим				FIGHT KICK (90 мин) Максим		STRETCHING (55 мин) Вера				15:00
16:00			ДЕТСКИЙ КЛУБ ЛОК+Тай-бо (55 мин) 3-12 лет Александра				ДЕТСКИЙ КЛУБ ЛОК+Тай-бо (55 мин) 3-12 лет Александра				ДЕТСКИЙ КЛУБ ЛОК+Тай-бо (55 мин) 3-12 лет Александра				16:00
17:00	LATINO MIX (55 мин) Татьяна	ДЕТСКИЙ КЛУБ JUNIOR SWIM (45 мин) 6-12 лет Мария	PILATES BASIC (55 мин) Александра		LATINO MIX (55 мин) Татьяна	ДЕТСКИЙ КЛУБ JUNIOR SWIM (45 мин) 6-12 лет Мария	PILATES BASIC (55 мин) Александра		LATINO MIX (55 мин) Татьяна	ДЕТСКИЙ КЛУБ JUNIOR SWIM (45 мин) 6-12 лет Мария		ДЕТСКИЙ КЛУБ JUNIOR SWIM (45 мин) 6-12 лет Мария			17:00
18:00	LB+ABS (55 мин) Александра	AQUA ABS (45 мин) Татьяна	STEP POWER (55 мин) Татьяна		LB+ABS (55 мин) Александра	AQUA ABS (45 мин) Татьяна	STEP POWER (55 мин) Татьяна		LB+ABS (55 мин) Александра	AQUA ABS (45 мин) Татьяна					18:00
19:00	STRETCHING (55 мин) Татьяна		FITNESS YOGA (55 мин) Гелия		STRETCHING (55 мин) Татьяна		FITNESS YOGA (55 мин) Гелия		STRETCHING (55 мин) Татьяна						19:00
20:00	CROSS FORMULA (55 МИН) Татьяна		TBW (45 мин) Александра		CROSS FORMULA (55 МИН) Татьяна		TBW (45 мин) Александра		CROSS FORMULA (55 МИН) Татьяна						20:00

Принятые сокращения:

Контактные телефоны для справок:
ресепшн клуба: 438-558
отдел продаж: +7 701 756 08 20

ДЕТСКИЙ КЛУБ - программы включенные в стоимость детской клубной карты