

## Расписание групповых программ в зале единоборств МАЙ

|       | ПН  | ВТ   | СР  | ЧТ  | ПТ  | СБ   | ВС   |
|-------|---|--|---|---|---|--|--|
| 10.00 | ФИТБОКС<br>Артур<br>(10.00-11.00)                   |  | *Бокс<br>мини-<br>группа<br>Артур<br>(9.00-10.30)   |   | ФИТБОКС<br>Артур<br>(10.00-11.00)                       | *Спортивная<br>борьба (дети)<br>Дмитрий<br>(10.00-11.30) | *Спортивная<br>борьба (дети)<br>Дмитрий<br>(10.00-11.30) |
| 11.00 |   |  |   |   |   |  |  |
| 12.00 |   |  |   |   |   |  |  |
| 13.00 |   |  |   |   |   |  |  |
| 14.00 |   |  |   |   |   | *Бокс (дети)<br>Сергей<br>(14.00-15.30)                  |  |
| 15.00 |   | *Спортивная<br>борьба (дети)<br>Дмитрий<br>(15.30-17.00) |   | *Спортивная<br>борьба(дети)<br>Дмитрий<br>(15.30-17.00) |   |  |  |
| 16.00 | *Бокс (дети)<br>Руслан<br>(16.30-18.00)             |  | *Бокс (дети)<br>Руслан<br>(16.30-18.00)             |   | *Бокс (дети)<br>Руслан<br>(16.30-18.00)                 | *Бокс<br>мини-группа<br>Сергей<br>(16.00-17.30)          |  |
| 17.00 |   | *Бокс (дети)<br>Сергей<br>(17.00-18.30)                  |   | *Бокс (дети)<br>Сергей<br>(17.00-18.30)                 |   |  |  |
| 18.00 | *Бокс<br>(дети 4-8)<br>Артур<br>(18.00-19.00)       |  | *Бокс<br>(дети 4-8)<br>Артур<br>(18.00-19.00)       |   | *Бокс<br>(дети 4-8)<br>Артур<br>(18.00-19.00)           |  |  |
| 19.00 | *Бокс<br>мини-<br>группа<br>Руслан<br>(19.00-20.30) | *Бокс<br>мини-группа<br>Сергей<br>(19.00-20.30)          | *Бокс<br>мини-<br>группа<br>Руслан<br>(19.00-20.30) | *Бокс<br>мини-группа<br>Сергей<br>(19.00-20.30)         | Спарринги<br>мини-<br>группа<br>Руслан<br>(19.00-20.30) |  |  |
| 20.00 |   |  |   |   |   |  |  |

**Продолжительность тренировки составляет 55 мин.**

**Продолжительность мини-группы 90 мин. (запись на рецепции клуба)**

**Любой инструктор может стать ВАШИМ ПЕРСОНАЛЬНЫМ ТРЕНЕРОМ.**

**Классы под знаком (\*) не входят в клубные карты и оплачиваются отдельно.**

**МЫ РАДЫ ВИДЕТЬ ВАС НА НАШИХ ТРЕНИРОВКАХ!**