

## Расписание групповых программ в зале единоборств **НОЯБРЬ**

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