







ВРЕМЯ	ПОНЕДЕЛЬНИК 30 Декабря		ВТОРНИК 31 Декабря		СРЕДА 1 Января		ЧЕТВЕРГ 2 Января		ПЯТНИЦА 3 Января		СУББОТА 4 января		ВОСКРЕСЕНЬЕ 5 Января		
	Зал 1	Зал 2	Зал 1	Зал 2	Зал 1	Зал 2	Зал 1	Зал 2	Зал 1	Зал 2	Зал 1	Зал 2	Зал 1	Зал 2	
8:00											YOGA Юлия 1,5ч (8:30)			YOGA Юлия 1,5ч (8:30)	
9:00	ЗДОРОВЫЕ НОГИ Юлия	ФИТБОКС Артур 9:00 (зал единоборств)							СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА Юлия			PILATES Елена			
10:00	ЗДОРОВАЯ СПИНА Юлия								PILATES-BALL Юлия			ЗДОРОВАЯ СПИНА Елена	PILATES Юлия		
11:00	PORT DE BRAS Юлия							INTERVAL Юлия		STRONG Екатерина		ZUMBA Наталья К	КАЛЛАНЕТИКА Елена	STRONG Юлия	ZUMBA Наталья К
12:00	LOW BODY Юлия	ZUMBA Наталья К						STRETCHING Юлия		FLOW FLEX Екатерина		Пятиборье 13.00-14.00 16.00-16.55	PILATES Елена	STRETCHING Юлия	
<b>Бассейн</b>	<b>Аква-Аэробика 13:30 Мария</b>								<b>Аква-Аэробика 13:30 Марина</b>		<b>Аква-Аэробика 13:30 Елена</b>		<b>Аква-Аэробика 13:30 Юлия</b>		
17:00	Пятиборье 15.00-16.00 17.00-17.55							Пятиборье 15.00-17.45		Пятиборье 15.00-16.00 17.00-17.55		STRONG Юлия К	Настольный теннис 17:00-20:00	PUMP Екатерина	Настольный теннис 14:00-17:00
18:00	PUMP Екатерина	PILATES Анна					BodyART Олег		DANCE MIX Юлия К	PILATES Юлия		ЗДОРОВАЯ СПИНА Юлия К		STRETCHING Екатерина	
19:00	STEP Екатерина	SOFT Fitness Анна					deerWORK Олег	BODY BALLET Юлия	FITBALL Юлия К	YOGA начинающие Наталья					
	*TRX Олег (19:30)								*TRX Олег (19:00)						
20:00	STRETCHING Екатерина	YOGA начинающие Наталья 1,5ч						STRETCHING Юлия		INTERVAL Юлия К	HARD STRETCHING Юлия (1,5ч.)	<i>Уважаемые любители фитнеса! *Обозначены уроки не входящие в Клубную карту. Записаться Вы можете, обратившись по телефону к тренеру, проводящему урок. Все ваши пожелания вы можете написать в свободной форме на Рецепшн с пометкой «Для координатора групповых программ» тел. Рецепции 8 499 290 41 41</i>			YOGA Наталья 1,5ч
21:00															
<b>Бассейн</b>	<b>Аква-Аэробика 21:00 Мария</b>								<b>Аква-Аэробика 21:00 Марина</b>						