

Расписание занятий в залах фитнес студии ЯНВАРЬ т.223-86-01 доб1.

Расписание 03.01-08.01.2025 07.01 - праздничный выходной день

	ПОНЕДЕЛЬНИК 06.01	ВТОРНИК 07.01	СРЕДА 08.01	ЧЕТВЕРГ 2.01	ПЯТНИЦА 03.01	СУББОТА 04.01	ВОСКРЕСЕНЬЕ 05.01
БОЛЬШОЙ ЗАЛ							
9:00	09:00 YOGA Оксана	08:40 КОМПЛЕКС Ксюша	09:00 YOGA Оксана				
10:00	ЗДОРОВОЕ ДВИЖЕНИЕ Оксана Е.		ЗДОРОВОЕ ДВИЖЕНИЕ Оксана Е.				DINAMIC STRETCH Оксана Н.
11:00						PILATES Оксана Н.	ТАБАТА Оксана Н.
12:00							12:15 ЗДОРОВАЯ СПИНА
13:00	13.30-14.30 КРОЛЬ	13.30-14.30 КРОЛЬ	13.30-14.30 КРОЛЬ		13.30-14.30 КРОЛЬ	13.30-14.30 КРОЛЬ	13:00 ЗДОРОВАЯ СПИНА
14:00						14:30 ЗДОРОВАЯ СПИНА	13:45 ЗДОРОВАЯ СПИНА
15:00						15:15 ЗДОРОВАЯ СПИНА	14:35 ПЕРВОКЛАШКА+
15:30		15:25 КОМПЛЕКС Ксюша				16:05 ПЕРВОКЛАШКА+	15:20 ПЕРВОКЛАШКА+
16:00		16:10 КОМПЛЕКС Ксюша				16:50 ПЕРВОКЛАШКА+	
17:00	BODY ALL Оксана Е.		BODY ALL Оксана Е.		ТАБАТА Тая С.		
18:00	STRECHING Оксана Е.		STRECHING Оксана Е.		DINAMIC STRETCH Тая С.		
МАЛЫЙ ЗАЛ							
12:00						13.45 ПЕРВОКЛАШКА+	
16:20		16.00-18.00					
17:10							
18:10							
19:10							
20:10							
АКВААЭРОБИКА							
10:05						Ксюша (4 дор.)	
10:50	Оксана (4 дор.)		Оксана (4 дор.)				
17:35							
18:20		Оксана (4 дор.)					
19:05							

* - Обязательна запись в группу. При неявке и отсутствии отмены-списание денежных средств за занятие.

!!! - Идёт запись в группу. Информация у администраторов фитнес студии.

	Фитнес дети
	Силовые направления
	Функциональные

	Аквааэробика
	Мягкие классы
	Танцевальные

Мини группа
ЗАЛ ЗАНЯТ

Приглашаем вступить в нашу группу

В Телеграмм

В Контакте



