РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ В КЛУБЕ SL GYM

ЗАЛЫ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ (ЗАЛ 1 - ВТОРОЙ ЭТАЖ, ЗАЛ 2 - ТРЕТИЙ ЭТАЖ, ЗОНА FFT - ТРЕТИЙ ЭТАЖ)

		Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вс
9.00	Зал 1			**ЙОГАТЕРАПИЯ** Волков Иван		**YOGA** Волков Иван		
10.00	Зал 1			**TRX (по записи)** Анастасия Костигова				
	Зал 2	**LOWER BODY** Анастасия Костигова						
	Зона FFT							
11.00	Зал 1		**СУСТ.ГИМНАСТИКА** Григорьева Юлия	**Оздоровительный фитнес** Соловьева Елена	**POIE ACROBATICS $** Филиппова Виталия		**ОФП (3-7 лет) $** Соловьева Елена	**AEROYOGA (по записи)** Петрова Оксана
	Зал 2	**ЗДОРОВАЯ СПИНА** Анастасия Костигова	**BODY SCULPT** Филиппова Виталия		**PILATES** Григорьева Юлия	**CIRCUIT TRAINING** Костигова Анастасия	**БАЧАТА** Красенко Виктория	
12.00	Зал 1	**ABS+FLEX** Григорьева Юлия	**STRETCHING** Филиппова Виталия	**ЗДОРОВАЯ СПИНА** Соловьева Елена		**STRETCHING** Григорьева Юлия	**Оздоровительный фитнес** Соловьева Елена	**AEROKIDS (6-12 лет) $** Петрова Оксана
	Зал 2				**PUMP** Григорьева Юлия		**STEP 1** Красенко Виктория	
	Зона FFT						**БОКС (5-15 лет) $** Токарев Павел	**БОКС (5-15 лет) $** Токарев Павел
13.00	Зал 1						**ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА (3-7 лет) $** Шекурова Алена	**TRX (по записи)** Плюснина Надежда
	Зал 2						**PILATES** Соловьева Елена	**LOWER BODY** Филиппова Виталия
14.00	Зал 1		**EXOTIC POLE DANCE (по записи) $** Громова Мария				**FITBALL** Григорьева Юлия	
	Зал 2							**ГИБКОСТЬ ТЕЛА** Филиппова Виталия
15.00	Зал 1							**АКРОБАТИКА НА ПИЛОНЕ (7-14 лет) $** Филиппова Виталия
16.00	Зал 1				**AEROYOGA (по записи)** Петрова Оксана			
17.00	Зал 1				**AEROKIDS (6-12 лет) $** Петрова Оксана	**АКРОБАТИКА НА ПИЛОНЕ (7-14 лет) $** Филиппова Виталия		
	Зал 2							**BODY SCULPT** Красенко Виктория
	Зона FFT							
18.00	Зал 1	**POLE EXOTIC DANCE (по записи)** Филиппова Виталия	**АКРОБАТИКА НА ПИЛОНЕ (7-14 лет) $** Филиппова Виталия	**ОФП (3-7 лет) $** Соловьева Елена	**MOBILITY** Григорьева Юлия			
	Зал 2		**PILATES** Григорьева Юлия					**STRETCHING** Красенко Виктория
	Зона FFT	**ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (5-7 лет) $** Карпов Михаил	**ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (5-7 лет) $** Карпов Михаил		**ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (5-7 лет) $** Карпов Михаил			
18.30	Зона FFT	**ТХЭКВОНДО (6-12 лет) $** Чижова Екатерина	**БОКС (5-9 лет) $** Токарев Павел		**БОКС (5-9 лет) $** Токарев Павел	**ТХЭКВОНДО (6-12 лет) $** Чижова Екатерина		
19.00	Зал 1	**AERO STRETCHING (по записи)** Петрова Оксана	**POIE ACROBATICS $** Филиппова Виталия	**STRETCHING** Филиппова Виталия	**ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА (3-7 лет) $** Шекурова Алена	**POIE ACROBATICS $** Филиппова Виталия		
	Зал 2		**BODY SCULPT** Григорьева Юлия	**BODY SCULPT** Первушина Ксения	**PUMP** Григорьева Юлия	**UPPER BODY** Первушина Ксения		
	Зона FFT	**HIIT TRAINING (+150р.) $** Филиппова виталмя		**ТХЭКВОНДО (6-12 лет) $** Чижова Екатерина			**ТХЭКВОНДО (6-12 лет) $** Чижова Екатерина	
	Зона FFT	**ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (8-14 лет) $** Карпов Михаил	**ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (8-14 лет) $** Карпов Михаил		**ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (8-14 лет) $** Карпов Михаил			
19.30	Зона FFT		**БОКС (10-15 лет) $** Токарев Павел		**БОКС (10-15 лет) $** Токарев Павел			
20.00	Зал 1	**YOGA** Васильева Светлана	**ЗУМБА** Орлова Елизавета	**PILATES** Первушина Ксения	**STRIP PLASTIC** Мария Громова			
	Зал 2	**PUMP** Петрова Оксана		**BUMS+ABS** Филиппова Виталия		**ЗДОРОВАЯ СПИНА** Первушина Ксения		
	Зона FFT	**БОКС** Воеводкин Владимир		**БОКС (+150 руб.)** Воеводкин Владимир	**ГИРЕВОЙ СПОРТ** Романов Иван	**БОКС (+150 руб.)** Воеводкин Владимир		
20.30	Зона FFT		**FUNCTIONAL TRAINING (+150р.) $** Муртазаалиев Магомед		**CROSS TRAINING $ (level 2) (+150 руб.)** Муртазаалиев Магомед			
21.00	Зал 1		**AERO STRETCHING (по записи)** Орлова Елизавета			**EXOTIC POLE DANCE (по записи) $** Громова Мария		

РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ В КЛУБЕ SL GYM