

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				
10.00	Зал 1			TRX (по записи) Анастасия Костигова		YOGA Волков Иван	YOGA (level 0) Васильева Светлана	АКРОБАТИКА НА ПИЛОНЕ (7-14 лет) \$ Филиппова Виталия
	Зал 2	LOWER BODY Анастасия Костигова						
	Зона FFT							
11.00	Зал 1		СУСТ.ГИМНАСТИКА Григорьева Юлия	ЗДОРОВАЯ СПИНА Анастасия Костигова	POIE ACROBATICS \$ Филиппова Виталия			AEROYOGA (по записи) Петрова Оксана
	Зал 2	ЗДОРОВАЯ СПИНА Анастасия Костигова	BODY SCULPT Филиппова Виталия		PILATES Григорьева Юлия	UPPER BODY Первушина Ксения	БАЧАТА Красенко Виктория	LOWER BODY Филиппова Виталия
	Зона FFT				БОКС (5-15 лет) \$ Токарев Павел		БОКС (5-15 лет) \$ Токарев Павел	БОКС (5-15 лет) \$ Токарев Павел
12.00	Зал 1	ABS+FLEX Григорьева Юлия	STRETCHING Филиппова Виталия		AEROYOGA (по записи) Петрова Оксана			AEROKIDS (6-12 лет) \$ Петрова Оксана
	Зал 2				PUMP Григорьева Юлия	ЗДОРОВАЯ СПИНА Первушина Ксения	STEP 1 Красенко Виктория	ГИБКОСТЬ ТЕЛА Филиппова Виталия
13.00	Зал 1				AEROKIDS (6-12 лет) \$ Петрова Оксана		FITBALL Григорьева Юлия	TRX (по записи) Костигова Анастасия
	Зал 2				MOBILITY (МФР) Григорьева Юлия			
14.00	Зал 1				STRIP PLASTIC Мария Громова		PILATES Григорьева Юлия	
	Зал 2				ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА (3-7 лет) \$ Шекурова Алена			
15.00	Зал 1				АКРОБАТИКА НА ПИЛОНЕ (7-14 лет) \$ Филиппова Виталия			
17.00	Зал 1							
	Зал 2							BODY SCULPT Красенко Виктория
	Зона FFT					ТХЭКВОНДО (6-12 лет) \$ Чижова Екатерина	ТХЭКВОНДО (6-12 лет) \$ Чижова Екатерина	
18.00	Зал 1	POLE EXOTIC DANCE (по записи) Филиппова Виталия	АКРОБАТИКА НА ПИЛОНЕ (7-14 лет) \$ Филиппова Виталия					
	Зал 2		PILATES Григорьева Юлия					STRETCHING Красенко Виктория
	Зона FFT	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					
19.00	Зал 1	AERO STRETCHING (по записи) Петрова Оксана	POIE ACROBATICS \$ Филиппова Виталия	STRETCHING Филиппова Виталия		YOGA Васильева Светлана		
	Зал 2		BODY SCULPT Григорьева Юлия					
	Зона FFT	HIIT TRAINING (+150р.) \$ Филиппова Виталия		ТХЭКВОНДО (6-12 лет) \$ Чижова Екатерина				
	Зона FFT	ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (8-14 лет) \$ Карпов Михаил	ВОЛЬНАЯ БОРЬБА (8-14 лет) \$ Карпов Михаил					
19.30	Зона FFT		БОКС (10-15 лет) \$ Токарев Павел					
20.00	Зал 1	YOGA Васильева Светлана	ЗУМБА Орлова Елизавета					
	Зал 2	PUMP Петрова Оксана		BUMS+ABS Филиппова Виталия				
	Зона FFT	БОКС Воеводкин Владимир		БОКС (+150 руб.) Воеводкин Владимир		БОКС (+150 руб.) Воеводкин Владимир		
20.30	Зона FFT		FUNCTIONAL TRAINING (+150р.) \$ Муртазаалиев Магомед					
21.00	Зал 1		AERO STRETCHING (по записи) Орлова Елизавета					



+7 911 165 0000



sl-gym.ru
sales@slgym.ru



Лен. обл, Всеволожский
район, п Бурья, ул Нижняя д.1