



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ТРЕНИРОВОК

Fit4You НА ГАГАРИНА

ул. Гагарина, 105Б
(099) 005-99-36
(096) 636-35-44 

	Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница				Суббота			Воскресенье		
	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT		Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT
08:30														MIND BODY		09:30						
09:00	JUST DO IT	POWER STRETCHING		BODY SCULPT	MIND BODY	TRX	JUST DO IT			POWER STRETCHING	BODY SCULPT	TRX	JUST DO IT			10:00	90-60-90 (1)		CROSS-TRAINING	ZUMBA		
10:00				PILATES			STRETCHING	90-60-90 (1)		PILATES			STRETCHING	90-60-90 (1)		10:30						
11:00				HEALTHY SPINE									HEALTHY SPINE			11:00	FIT-MIX	PILATES POWER	Functional for woman	STRETCHING	90-60-90 (1)	
13:00																12:00	РАСТЯЖКА+ ШПАГАТ				KIDS DANCE(1)	
13:15							РАСТЯЖКА						РАСТЯЖКА			12:30				MIND BODY+		
16:30					KIDS DANCE(2)									KIDS DANCE(2)		13:00	DANCE STEP					
17:00	90-60-90 (1)									90-60-90 (1)						13:15						
17:15													BODY SCULPT			14:00						
17:30					KIDS DANCE(1)									JUST DO IT		15:00						
18:15	FIT-MIX			JUST DO IT			BODY SCULPT		FIT-MIX				GOOD BYE CELLULITE		15:30							
18:30		GOOD BYE CELLULITE	CROSS-TRAINING		PILATES POWER	Functional for woman	ZUMBA		CROSS-TRAINING		PILATES POWER	Functional for woman			CROSS-TRAINING	График работы фитнес-центра: понедельник - пятница: 7:00 - 22:00 суббота, воскресенье: 9:00 - 20:00						
19:15				PRESS + FLEX																		
19:30	90-60-90 (1)		CROSS-TRAINING		JAZZ Funk	CROSS-TRAINING	STRETCHING		CROSS-TRAINING	90-60-90 (1)		CROSS-TRAINING		JAZZ Funk	CROSS-TRAINING							
	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	Зал 1	Зал 2	Зона FT	
	Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница				Суббота			Воскресенье		

 Эксклюзивная студия, включена в клубные карты на 3,6 месяцев.
 Занятия проходят по ПРЕДВАРИТЕЛЬНОЙ ЗАПИСИ!

ЯНВАРЬ	1-ГО ЧИСЛА КАЖДОГО МЕСЯЦА РАСПИСАНИЕ ОБНОВЛЯЕТСЯ!
--------	---