

**РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ зал №1**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	В
	8.30 Силовой фитнес Валя	8.30 <b>Йога</b> Саша	8.30 Силовой фитнес Валя	8.30 <b>Йога</b> Саша	8.30 Силовой фитнес Валя		
						9.00 <b>Круговая тренировка</b> Наталья	
	10.30 <b>Растяжка в гамаках</b> Юля	10.00 Калланетика +растяжка Таня	10.30 <b>Растяжка в гамаках</b> Юля	10.00 Калланетика +растяжка Таня	10.30 <b>Растяжка в гамаках</b> Юля	10.00 Калланетика +растяжка Таня	
	12.00 функциональ ный тренинг. Анаит	13.00 <b>Zumba Fitness</b> Настя	12.00 функциональ ный тренинг. Анаит	13.00 <b>Zumba Fitness</b> Настя	12.00 функциональ ный тренинг. Анаит	11.00 <b>гимнастика в гамаках</b> Маша	
		15.00 бальные танцы 8+ Юлия		<b>ММА</b> персональная Анатолий Стародубцев		12.00 функциональ ный тренинг. Анаит	
		16.00 бальные танцы 7-10 лет Юлия		16.00 бальные танцы 7-10 лет Юлия	15.30 бальные танцы персональная Юлия	13.00 <b>бальные танцы 8+</b> Юлия	
	16.30 бальные танцы 11+ Наталья	17.30 <b>Детский танц фит 7+</b> Таня	16.30 бальные танцы 11+ Наталья	17.30 <b>Детский танц фит 7+</b> Таня	16.30 бальные танцы 11+ Наталья	14.00 бальные танцы 11+ Наталья	
	18.00 бальные танцы 8+ Юлия	18.30 функциональ ный тренинг. Анаит	18.00 <b>Круговая тренировка</b> Наталья	18.30 функциональ ный тренинг. Анаит	18.00 <b>Круговая тренировка</b> Наталья		
	19.00 Силовой фитнес Валя	19.30 <b>Fitness dance mix</b> +силовая Таня	19.00 Силовой фитнес Валя	19.30 <b>Fitness dance mix</b> +силовая Таня	19.00 Силовой фитнес Валя		
	20.30 <b>Zumba Fitness</b> Настя	20.30 СТРИП ПЛАСТИКА Алена	20.30 <b>Zumba Fitness</b> Настя	20.30 СТРИП ПЛАСТИКА Алена	20.30 <b>Zumba Fitness</b> Настя		