

# Расписание занятий (04.06. – 10.06.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10.00		Abs+stretching (Маркелов)		Tabata (Конаровская)			
11.00	Yoga (Харченко)		Yoga (Харченко) Aqua-Mix (Конаровская)		Yoga (Харченко) Aqua-Interval (Конаровская)		Yoga (Харченко)
12.00	Йога для беременных* (Харченко)		Аква-Мама (Конаровская)		Йога для беременных* (Харченко)	Stretching (Конаровская)	Bums+Abs (Конаровская)
13.00						Aqua-Interval (Конаровская)	Aqua-Mix (Конаровская)
16.00	Aqua-kids (Коробко)		Aqua-kids (Коробко)		Aqua-kids (Коробко)		
17.00		TRX (Маркелов)		Interval (Конаровская)			
18.00		Aqua-Interval (Дервянкина)		Aqua-Noodles (Конаровская)			
18.30	Bums+Abs (Маркелов)		Crossfit (Конаровская)		Круговая (Конаровская)		



Групповые программы



Аква-Мама



Йога для беременных



Aqua Kids

\* Занятия проводятся по предварительной записи! Для посещения необходимо предъявить справку от врача о сроке беременности и об отсутствии противопоказаний к физическим упражнениям!

**Посещение групповых программ для проживающих в подарок!**

# Расписание занятий (11.06. – 17.06.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10.00		<b>Abs+stretching</b> (Конаровская)		<b>Tabata</b> (Конаровская)			
11.00	<b>Хатха йога</b> (Харченко)		<b>Хатха йога</b> (Харченко)		<b>Хатха йога</b> (Харченко)		<b>Хатха йога</b> (Харченко)
			<b>Aqua-Mix</b> (Конаровская)		<b>Aqua-Interval</b> (Конаровская)		
12.00	<b>Йога для беременных*</b> (Харченко)			<b>Аква-Мама*</b> (Конаровская)		<b>Stretching</b> (Конаровская)	<b>Bums+Abs</b> (Конаровская)
13.00						<b>Aqua-Interval</b> (Конаровская)	<b>Aqua-Mix</b> (Конаровская)
16.00		<b>Aqua-kids</b> (Коробко)			<b>Aqua-kids</b> (Коробко)		
17.00		<b>TRX</b> (Конаровская)		<b>Interval</b> (Конаровская)			
18.00	<b>Step</b> (Добрян)	<b>Aqua-Interval</b> (Конаровская)	<b>Crossfit</b> (Конаровская)	<b>Aqua-Noodles</b> (Конаровская)	<b>Aerobic dance</b> (Добрян)		
19.00	<b>Pilates</b> (Добрян)				<b>Pilates</b> (Добрян)		



Групповые программы



Аква-Мама



Йога для беременных



Aqua Kids

\* Занятия проводятся по предварительной записи! Для посещения необходимо предъявить справку от врача о сроке беременности и об отсутствии противопоказаний к физическим упражнениям!

**Посещение групповых программ для проживающих в подарок!**