

Расписание занятий (08.01. – 14.01.)

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10.00		Bums+Abs (Конаровская)		Crossfit (Конаровская)			
11.00	Yoga (Харченко)		Yoga (Харченко)		Yoga (Харченко)		Yoga (Харченко)
			Aqua-Tabs (Конаровская)		Aqua-Круговая (Конаровская)		
12.00	Йога для беременных* (Харченко)				Йога для беременных* (Харченко)	Tabata (Маркелов)	Aqua-Mix (Деревянкина)
13.00			Аква-Мама (Конаровская)			Pilates (Маркелов)	
16.00		Aqua-kids (Коробко)		Aqua-kids (Коробко)			
17.00		Functional (Конаровская)		Body Sculpt (Конаровская)			
18.00		Aqua-Interval (Конаровская)		Aqua-Noodles (Конаровская)			
18.30	Круговая (Конаровская)		TRX (Конаровская)		Abs+Stretching (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 (15.01. – 21.01.)

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