

Расписание занятий (13.11 – 19.11)

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



 Групповые программы

 Аква-Мама

 Йога для беременных

 Aqua Kids

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

Посещение групповых программ для проживающих в подарок!

Расписание занятий (20.11 – 26.11)

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