

ВРЕМЯ	ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ВРЕМЯ
7:10	SWIMMING - 50'				SWIMMING - 50'				SWIMMING - 50'				7:10
7:15	BODYCOMBAT -55' игр.зал		BODYJAM 55' №4	CrossPower -55' №7	BODYPUMP 100 -55' игр.зал		Spanish Fitness - 55' №4	CrossPower -55' №7	Latino Beginners -55' игр зал				7:15
7:30	Ashtanga YOGA -90' №4				Ashtanga YOGA -90' №4				Ashtanga YOGA -90' №4				7:30
8:15			STRETCH -45' №4	Скандинавская ходьба* -55' №7			Триатлон* №7				Триатлон* игровой зал		8:15
9:00	CrossPower -55' №7	PILATES ALLEGRO* -55' № 1	RPM		BODYPUMP 100 -55' игр.зал	Antigravity yoga -55' №1	RPM		Kickboxing -55' №3				9:00
10:00	BODYPUMP 100 55' игровой зал	10:10 AQUA BEGINNERS -50'	10:10 AQUA Shape -50'	Latino Beginners -55' игр зал	ABS + STRETCH -55' №7		ZUMBA toning -55' №4	BODYCOMBAT -55' игр.зал	Strip-plastic 55' №4		LAUGH YOGA -60' №4		10:00
11:00	STRETCH -45' №7	STEP -55' игр.зал	ORIENTAL Advanced -55' №4		STEP 2 -55' игровой зал		Strip-plastic - 55' №4	PILATES ALLEGRO* -55' № 1	BODYPUMP 100 -55' игр.зал	11:10 AQUA ABS-45'	ZUMBA FITNESS	HATHA YOGA -60' №4	11:00
		PRENATAL YOGA 55' №4			PRENATAL YOGA 55' №4		STRETCH -45' №7	Бокс -55' №3			-55' игровой зал	BODYPUMP 100 -55' №7	
11:30	11:00 Бокс WOMEN - 55' №3						11:10 AQUA FREESTYLE -40'				12:10 AQUA TABATA		11:30
12:00	TREKKING* -45' трен.зал		HATHA YOGA -90' №4		Ashtanga YOGA -90' №4		HATHA YOGA -90' №4		Ashtanga YOGA -90' №4	STEP -75' игр.зал	Ashtanga YOGA -55' №4		12:00
13:00			MT -55' игр.зал	AQUA PRENATAL -40'			UPPER BODY -45' №7				TREKKING* -30' трен.зал		13:00
13:30							AQUA PRENATAL -40'				ABS -30' №7		13:30
14:00	14:10 AQUA ABS-45'	CrossPower -55' №7	Antigravity yoga BEGINNERS -55' №1		CrossPower -55' №7	PILATES ALLEGRO* -55' №1	ABL -55' игровой зал		BODYJAM -55' №4	CrossPower -55' №7	BODYBALANCE -55' №4		14:00
15:00	YOGA SOFT -55' №4				STRETCH -45' №4				MT SOFT -45' №7		Бокс WOMEN -55' №3	AQUA MOTION -50'	15:00
17:00									BODYCOMBAT -55' №7	ORIENTAL -55' №4	MT -55' №7		17:00
18:00	Strip-plastic - 55' №4		18:10 TREKKING* -45' трен.зал		Бокс WOMEN -55' №3		18:10 TREKKING* -45' трен.зал		Ушу-сяньда №3		STRETCH -45' №4	STRETCH -45' №4	18:00
18:30	TREKKING -30' трен.зал		Ashtanga YOGA -90' №4				Ashtanga YOGA -90' №4						18:30
19:00	BODYCOMBAT -55' №7	Бокс-55' №3	CrossPower BOX -55' №7	BODYPUMP 100 -55' игр.зал	PILATES ALLEGRO* -55' № 1	Бокс * -55' №3	Tango Fitness - 55' игр.зал	CrossPower -55' №7	ABL -55' №7		Бокс -55' №3		19:00
	ABS -30' №4	CYCLE TURBO* -55' №2	TURBO ROW* -55' №2	Ушу-сяньда №3	BODYJAM -55' №4	CYCLE TURBO* -55' №2	Ушу-сяньда №3	Antigravity yoga -55' №1					
19:30	ORIENTAL -55' №4	Antigravity yoga -55' №1											19:30
20:00	ABL -55' №7		Tango Fitness - 55' №4	20:10 AQUA Zumba -40'	20:10 AQUA FLOWERS -50'	STRETCH -45' №4	BODYBALANCE -55' №4	20:10 AQUA BEGINNERS -50'	STRETCH -45' №4	Триатлон* №2			20:00
	20:10 AQUA Noodles -50'	20:15 SWIMMING 50'					BODYPUMP 100 -55' №7		20:10 AQUA Circuit-50'				
21:10			WATER POLO -60'				WATER POLO -60'						21:10