

ВРЕМЯ	ПОНЕДЕЛЬНИК	ВТОРНИК	СРЕДА	ЧЕТВЕРГ	ПЯТНИЦА	СУББОТА	ВОСКРЕСЕНЬЕ	ВРЕМЯ
7:10	SWIMMING 50 мин		SWIMMING 50 мин		SWIMMING 50 мин			7:10
7:15	LES MILLS BODYCOMBAT 55 мин 21°C	LES MILLS BODYJAM 55 мин 20°C CrossPower 55 мин 7 20°C	LES MILLS BODYPUMP 55 мин 21°C	Spanish Fitness 55 мин 4 19°C CrossPower 55 мин 7 20°C	LES MILLS BODYJAM 55 мин 21°C			7:15
7:30	Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C		Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C		Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C			7:30
8:15		STRETCH 45 мин 4		Триатлон* 7		Триатлон* 55 мин 21°C		8:15
9:00	CrossPower 55 мин 7 22°C PILATES ALLEGRO* 55 мин 1	LES MILLS RPM 55 мин 2 19°C	LES MILLS BODYPUMP 55 мин 21°C Antigravity yoga 55 мин 1 Kickboxing STUDIO* 55 мин 3 21°C	LES MILLS RPM 55 мин 2 19°C	Kickboxing 55 мин 3 21°C TURBO ROW * 55 мин 2 21°C			9:00
10:00	LES MILLS BODYPUMP 55 мин 21°C	Latino Beginners 55 мин 19°C LES MILLS BODYCOMBAT 55 мин 7 19°C	ABS + STRETCH 55 мин 7 22°C LES MILLS BODYATTACK 55 мин 20°C	ZUMBA FLEX 55 мин 4 19°C	LES MILLS BODYCOMBAT 55 мин 21°C		HATHA YOGA 90 мин 4 23°C	10:00
10:10		AQUA Shape 50 мин						10:10
11:00	STRETCH 45 мин 7 Бокс WOMEN 55 мин 3 20°C	Step Beginners 55 мин 20°C PRENATAL YOGA 55 мин 4 23°C	ORIENTAL Advanced 55 мин 4 19°C	PRENATAL YOGA 55 мин 4 23°C	PILATES ALLEGRO* 55 мин 1 Strip-plastic 55 мин 4 21°C STRETCH 45 мин 7 Бокс 55 мин 3 20°C	LES MILLS BODYPUMP 55 мин 21°C ZUMBA FLEX 55 мин 20°C	LES MILLS BODYPUMP 55 мин 7 18°C	11:00
11:10					AQUA FREESTYLE 40 мин	AQUA ABS 45 мин		11:10
12:00	TREKKING* 45 мин 20°C ТРЕХ-САЛ	HATHA YOGA 90 мин 4 23°C	Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C	HATHA YOGA 90 мин 4 23°C	Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C STEP 75 мин 21°C	Ashtanga YOGA 55 мин 4 23°C LES MILLS RPM 55 мин 2 19°C		12:00
12:10						AQUA TABATA		12:10
13:00		MT 55 мин 21°C	AQUA PRENATAL 40 мин	UPPER BODY 45 мин 7 19°C	AQUA PRENATAL 40 мин	TREKKING* 30 мин 23°C ТРЕХ-САЛ		13:00
13:30						ABS 30 мин 7 22°C		13:30
14:00	CrossPower 55 мин 7 21°C	Antigravity yoga BEGINNERS 55 мин 1	CrossPower 55 мин 7 21°C PILATES ALLEGRO* 55 мин 1	ABL 55 мин 21°C	LES MILLS BODYJAM 55 мин 4 20°C CrossPower 55 мин 7 21°C		LES MILLS BODYBALANCE 55 мин 4 20°C	14:00
14:10	AQUA ABS 45 мин							14:10
14:15			AQUA BEGINNERS 50 мин					14:15
18:00	YOGA SOFT 55 мин 4 23°C		STRETCH 45 мин 4		MT SOFT 45 мин 7 21°C	Бокс WOMEN 55 мин 3 21°C AQUA MOTION 50 мин		18:00
18:10					AQUA FLOWERS 50 мин	AQUA SHAPE 50 мин		18:10
18:00						Strip-plastic 55 мин 4 19°C LES MILLS BODYCOMBAT 55 мин 7 21°C ORIENTAL 55 мин 4 19°C	MT 55 мин 7 20°C	18:00
18:00	Strip-plastic 55 мин 4 21°C		Бокс WOMEN 55 мин 3 21°C			STRETCH 45 мин 4 STRETCH 45 мин 4 SWIMMING 50 мин		18:00
18:10		TREKKING* 45 мин 20°C ТРЕХ-САЛ		TREKKING* 45 мин 20°C ТРЕХ-САЛ				18:10
18:30	TREKKING* 30 мин 20°C ТРЕХ-САЛ	Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C		Ashtanga YOGA 90 мин 4 23°C				18:30
19:00	LES MILLS BODYCOMBAT 55 мин 7 21°C Бокс 55 мин 3 21°C	CrossPower BOX 55 мин 7 21°C LES MILLS BODYPUMP 55 мин 21°C	PILATES ALLEGRO* 55 мин 1 Бокс* 55 мин 3 21°C MT 55 мин 7 20°C	CrossPower 55 мин 7 21°C Tango Fitness 55 мин 19°C	ABL 55 мин 7 19°C Бокс 55 мин 3 20°C			19:00
19:00	ABS 30 мин 4 21°C CYCLE TURBO* 55 мин 2 19°C	Kickboxing 3 21°C	LES MILLS BODYJAM 55 мин 4 21°C CYCLE TURBO* 55 мин 2 19°C	Kickboxing 3 21°C Antigravity yoga 55 мин 1				19:00
19:30	ORIENTAL 55 мин 4 21°C	Antigravity yoga 55 мин 1 23°C						19:30
20:00	ABL 55 мин 7 18°C Веложкола* 55 мин 2	Tango Fitness 55 мин 4 19°C	STRETCH 45 мин 4 Веложкола* 55 мин 7	LES MILLS BODYBALANCE 55 мин 4 21°C LES MILLS BODYPUMP 55 мин 7 20°C	STRETCH 45 мин 4 Триатлон* 55 мин 2			20:00
20:10	AQUA Noodles 50 мин	AQUA ABS 45 мин	AQUA FLOWERS 50 мин	AQUA BEGINNERS 50 мин	AQUA Circuit 50 мин			20:10
20:15	SWIMMING 50 мин							20:15
21:10		WATER POLO 60 мин		WATER POLO 60 мин				21:10

* - Занятие по предварительной записи STUDIO* - Платное занятие по предварительной записи