

расписание 13 -17 мая

время, зал	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье
10-00	Колыхалова Мария ** Power yoga						
11-00						КЛУБ	УХОДИТ
16-45 малый зал						НА	ЛЕТНИЕ
16-45 большой зал	Кравченко Александр Маскл-Тоник (Дети 7-12 лет)	Глазырина Надежда **группа здоровья 55+	Кравченко Александр Маскл-Тоник (Дети 7-12 лет)	Глазырина Надежда **группа здоровья 55+	Кравченко Александр Маскл-Тоник (Дети 7-12 лет)	КАНИКУЛЫ	: - (
17-45 малый зал	Овсяченко Елена *Фитбол	Назаркина Наталья * Восточные танцы					
17-45 большой зал		Жаркова Елена *Движение - жизнь 50+	Овсяченко Елена **Петли TRX	Жаркова Елена *Движение - жизнь 50+	группа "Похудение за месяц"	ДО	ВСТРЕЧИ
18-45 малый зал		Назаркина Наталья * skinny dancing (худей танцюя)	Кляшова Анастасия **Фитнес-микс	Жаркова Елена *ЗУМБА		В	НОВОМ
18-45 большой зал	Овсяченко Елена ***Протокол Табата	Жаркова Елена ** ХОТ АЙРОН 1 (новый релиз)	Овсяченко Елена ***Функциональный тренинг	Фойтных Ирина ** ХОТ АЙРОН 1 (новый релиз)	Овсяченко Елена ***Протокол Табата	СЕЗОНЕ	: -)
19-45 малый зал	группа "Похудение за месяц"	Фоминых Ирина ***Ягодицы- Бедр- Пресс	группа "Похудение за месяц"	Фоминых Ирина ***Ягодицы- Бедр- Пресс			
19-45 большой зал	Колыхалова Мария * Йога						

* небольшая нагрузка **средняя нагрузка ***сильная нагрузка **** очень сильная нагрузка