

05.ноя понедельник	06.ноя вторник	07.ноя среда	08.ноя четверг	09.ноя пятница	10.ноя суббота	11.ноя воскресенье
УТРО ☀️						
Самбо Михаил 9:00 Ринг	Студия Йоги и Аюрведы*** Юлия Ц. 9:30 Зал 2	Yoga Advanced²³ 85 мин. Вероника К. 8:45 Зал Йоги	Бег*** Светлана Д. 9:00 Outdoor	Скандинавская ходьба*** Светлана Д. 9:00 Outdoor	Бег*** Светлана Д. 9:00 Outdoor	Yoga Beginners¹ 85 мин. Кирилл 9:00 Зал Йоги
Yoga Advanced²³ 85 мин. Вероника К. 09:00 Зал Йоги	Sab'n'Stretch Павел 9:00 Зал 1	Скандинавская ходьба*** Светлана Д. 9:00 Outdoor	Body Sculpt² Инна 10:00 Зал 1	Tabata³ 45 мин. Юлия Н. 9:00 Зал 1	Скандинавская ходьба*** Светлана Д. 10:30 Outdoor	Body Shape¹² Ольга Т. 11:00 Зал 1
Pump Юлия Н. 10:00 Зал 1	Trekking Светлана Д. 10:00 Кардиолиния	Body Sculpt²³ 45 мин. Юлия Н. 9:00 Зал 1	Stretch Инна 11:00 Зал 1	Студия Йоги и Аюрведы*** Юлия Ц. 9:30 Зал 2	FTR cross *** Ольга Т. 11:00 Зал 1	Рукопашный Бой Александр 11:00 Ринг
Cycle Светлана Д. 11:00 Зал Сайкла	Dance Mix Павел 10:00 Зал 1	Sab'n'Stretch Юлия Н. 9:45 Зал 2	Combat Светлана Л. 11:00 Зал 2	Pump Светлана Л. 11:00 Зал 1		
Stretch Инна 11:10 Зал 1	Circuit² Инна 11:00 Зал 1	Step'n'Sculpt Илья 10:00 Зал 1		Йога для беременных*** Юлия Ц. 11:30 Зал 3		
	Йога для беременных*** Юлия Ц. 11:30 Зал 2	Yoga Beginners¹² 85 мин. Вероника К. 10:30 Зал Йоги			Fit Ball¹² Ольга Т. 12:00 Зал 1	
		Functional training Илья 11:00 Зал 1			ММА Геворг 12:00 Ринг	

ДЕНЬ ☀️						
Zumba Педро 12:00 Зал 1	Zumba Ольга П. 12:00 Зал 1	Latina*** 120 мин. Педро 11:00 Зал 2	Танец Живота Анастасия 12:00 Зал 2	Bachata*** 120 мин. Педро 11:00 Зал 2	Танец Живота Анастасия 12:00 Зал 3	Sab'n'Stretch Ольга Т. 12:00 Зал 1
Yoga Beginners¹² 85 мин. Ольга С. 13:30 Зал Йоги	Функциональная Гимнастика Мария 13:10 Зал 1	Pilates Мария 12:00 Зал 1	Dance Mix*** Ольга П. 12:00 Зал 1	Pilates Мария 12:30 Зал 1	Yoga Beginners¹ 85 мин. Ольга Т. 13:00 Зал Йоги	
		Sab'n'Stretch Мария 13:00 Зал 1	Yoga Beginners¹² 85 мин. Ольга С. 13:30 Зал Йоги	Yoga Beginners¹² 85 мин. Вероника К. 13:00 Зал Йоги	Step'n'Sculpt Илья 13:00 Зал 1	
				Ladies Dance Ольга П. 13:30 Зал 1	Pilates Илья 14:00 Зал 1	

ВЕЧЕР 🌙						
Combat Светлана Л. 18:00 Зал 1	Pilates Мария 18:00 Зал 1		Функциональная Гимнастика Инна 18:00 Зал 1	Body Sculpt² Инна 18:00 Зал 1	Бокс²³ Юрий 18:00 Ринг	
Low Body Power Инна 19:00 Зал 1	Sab'n'Stretch Мария 19:00 Зал 2	Step'n'Sculpt Юлия Н. 19:00 Зал 1	Pump Светлана Л. 19:00 Зал 1	Trekking Светлана Д. 19:00 Кардиолиния		Combat Светлана Л. 18:00 Зал 1
Студия Шпагата*** Инна 20:00 Зал 1	Zumba Педро 19:00 Зал 1	Yoga Advanced²³ 85 мин. Ольга С. 19:30 Зал Йоги	Студия Шпагата*** Инна 20:00 Зал 3	Yoga Beginners¹ 85 мин. Кирилл 19:30 Зал Йоги		
Бокс²³ Василий 20:00 Ринг	Самбо*** Михаил 19:30 Зал 1	Stretch Юлия Н. 20:00 Зал 1	Dance Mix Ольга П. 20:00 Зал 2	Кикбоксинг²³ Василий 20:00 Ринг		
Dance Mix Ольга П. 20:00 Зал 2	Pump Светлана Л. 20:00 Зал 1	Танец Живота Анастасия 20:00 Зал 3	Stretch Мария 20:10 Зал 1			
Trekking Светлана Д. 20:00 Кардиолиния	МФР*** Мария 20:00 Зал 2	Cycle Светлана Д. 20:00 Зал Сайкла	Самбо Геворг 20:00 Ринг			
Sab'n'Stretch Инна 21:00 Зал 1		Бокс²³ Василий 20:00 Ринг				