

Время проведения	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
08:30-10:00		Fitness-mix Светлана Зал 1		Fitness-mix Светлана Зал 1	Fitness-mix Светлана Зал 1		
09:00-10:00	Zumba Наталья Зал 1		Body Balance Наталья Зал 1		Zumba Наталья Зал 1	Гармония женского здоровья Светлана к. Зал 1 (09:30-11:00)	Гармония женского здоровья Светлана к. Зал 1 (09:30-11:00)
10:00-11:00	Pilates Наталья Зал 1	Total Body Наталья Зал 1	Pilates/Fitball Наталья Зал 1	Body Low Наталья Зал 2	Body Balance Наталья Зал 1		
11:00-12:00	Perfect Body Полина Зал 1	Stretch Наталья Зал 1	Perfect Body Полина Зал 1	ABS Stretching Наталья Зал 1	Perfect Body Полина Зал 1	Здоровая спина Наталья Зал 1	Танцевальная аэробика Елена Зал 2
							Круговая тренировка Дарья Зал 1
12:00-13:00	PUMP Полина Зал 1	Проблемные зоны Елена Зал 1	Glutes Training Полина Зал 1	Круговая тренировка Елена Зал 1	Glutes Training Полина Зал 1	Балетная гимнастика Кристина Зал 1	НИТ Дарья Зал 1
						Йога-stretching Наталья Зал 2	
13:00-14:00							Upper Body+press Дарья Зал 1
14:00-15:00		LM Body Pump Павел Зал 1					Акробатика Кристина Зал 1
15:00-16:00						Классический танец (в 14:30) Кристина Зал 1	Ансамбль Кристина Зал 1
16:00-17:00							
17:00-18:00	Современный танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Растяжка Наталья Зал 1	Первые шаги Кристина Зал 1	Классический танец (средняя группа) Кристина Зал 1		Танцевальная аэробика Елена Зал 1	
18:00-19:00	Современный танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Здоровая спина Наталья Зал 1	Первые шаги Кристина Зал 1	Классический танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Первые шаги Кристина Зал 2	LM Body Pump Павел Зал 1	Glutes Training Полина Зал 1
			Круговая тренировка Кристина К. Зал 2				
19:00-20:00	Интервальная тренировка Ольга Зал 2	Танцевальная аэробика Елена Зал 1	Круговая тренировка Кристина К. Зал 2		Современный танец (старшая группа) Кристина Зал 1		Perfect Body Полина Зал 1
	Классический танец (старшая группа) Кристина Зал 1						
20:00-21:00	Классический танец (старшая группа) Кристина Зал 1	Body sculpt Анна Зал 1	Танцевальная аэробика Елена Зал 2	Народный танец (старшая группа) Кристина Зал 1	Современный танец (старшая группа) Кристина Зал 1		
	Йога Ольга Зал 2	Йога Ольга Зал 2		Body sculpt Анна Зал 2			