

Время проведения	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
08:30-10:00		Fitness-mix Светлана Зал 1		Fitness-mix Светлана Зал 1 (08:45)	Fitness-mix Светлана Зал 1 (08:45)		
09:00-10:00	Zumba Наталья Зал 1		Body Balance Наталья Зал 1		Zumba Наталья Зал 2	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 2	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	Ансамбль Кристина Зал 1	НИТ Дарья Зал 1
							Ансамбль Кристина Зал 2
13:00-14:00						Ансамбль Кристина Зал 1	Upper Body+press Дарья Зал 1
							Русский танец Кристина Зал 2
14:00-15:00	Корсет Анна Зал 1	LM Body Pump Павел Зал 1	Корсет Анна Зал 1			Современный танец Кристина Зал 1	Современный танец Зал 1
							Современный танец Зал 2
15:00-16:00	Спина/Ягодицы Анна Зал 1		Спина/Ягодицы Анна Зал 1			Ансамбль Кристина Зал 1 (до 17:00)	Ансамбль Зал 1 (до 17:00)
							Ансамбль Зал 2 (до 17:00)
16:00-17:00	Силовая тренировка + растяжка Анна Зал 1		Силовая тренировка + растяжка Анна Зал 1				
17:00-18:00	Современный танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Растяжка Наталья Зал 2	Первые шаги Кристина Зал 1	Классический танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Первые шаги Кристина Зал 1	Танцевальная аэробика Елена Зал 1	
	Хореография первого года обучения (9-12 лет) Зал 2	Ансамбль Кристина Зал 1	Хореография первого года обучения (9-12 лет) Зал 2				
18:00-19:00	Современный танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Здоровая спина Наталья Зал 2	Первые шаги Кристина Зал 1	Классический танец (средняя группа) Кристина Зал 1	Первые шаги Кристина Зал 2	LM Body Pump Павел Зал 1	
	Ягодицы/Пресс Наталья Зал 2	Хип Хоп Кристина Зал 1	Круговая тренировка Кристина К. Зал 2		Табата Ольга Зал 1		
19:00-20:00	Интервальная тренировка Ольга Зал 2	Танцевальная аэробика Елена Зал 1	Круговая тренировка Кристина К. Зал 2	Body Sculpt Анна Зал 2	Современный танец (старшая группа) Кристина Зал 1		
	Классический танец (старшая группа) Кристина Зал 1	Фитбол Ольга Зал 2	Народный танец (средняя группа) Кристина Зал 1 (до 20:30)				
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		Функциональная тренировка Наталья Зал 2			