

ФИТНЕС-ЦЕНТР

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

ВНИМАНИЕ! Все занятия проводятся по предварительной записи на стойке фитнес-центра

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
07:15	Утреннее пробуждение Вера. Зал ЛФК		Утреннее пробуждение Вера. Зал ЛФК		Утреннее пробуждение Вера. Зал ЛФК		
10:00	Йога Маргарита. Йога Рум	Здоровая спина Дарина. Зал ЛФК	Йога Маргарита. Йога Рум	Здоровая спина Дарина. Зал ЛФК	Йога Маргарита. Йога Рум		
11:00	Скандинавская ходьба						
12:00	Медитация Маргарита. Йога Рум	Йога Дарина. Йога Рум	Медитация Маргарита. Йога Рум	Йога Дарина. Йога Рум	Медитация Маргарита. Йога Рум		
14:00	AQUAFLAT Бассейн	Стрейчинг Светлана. Йога Рум	AQUAFLAT Бассейн	Стрейчинг Светлана. Йога Рум	AQUAFLAT Бассейн	Стрейчинг Светлана. Йога Рум	
15:00	Йога Маргарита. Йога Рум	Хатха-йога Светлана. Йога Рум	Йога Маргарита. Йога Рум	Хатха-йога Светлана. Йога Рум	Йога Маргарита. Йога Рум	Хатха-йога Светлана. Йога Рум	
16:00		Скандинавская ходьба Светлана		Скандинавская ходьба Светлана		Скандинавская ходьба Светлана	
17:00		Аквафитнес Дарина. Бассейн	МК по бальным танцам Евгений. Йога Рум	Аквафитнес Дарина. Бассейн	МК по бальным танцам Евгений. Йога Рум		МК по бальным танцам Евгений. Йога Рум
18:00	Фитнес	Йога Светлана. Йога Рум	Фитнес	Йога Светлана. Йога Рум	Фитнес	Йога Светлана. Йога Рум	
	Йога в гамаках Вера. Йога Рум		Йога в гамаках Вера. Йога Рум		Йога в гамаках Вера. Йога Рум		
19:00	Йога в гамаках Вера. Йога Рум	Пилатес (Дарина)	Йога в гамаках Вера. Йога Рум		Йога в гамаках Вера. Йога Рум		
	Волейбол Спортивный зал				Волейбол Спортивный зал		