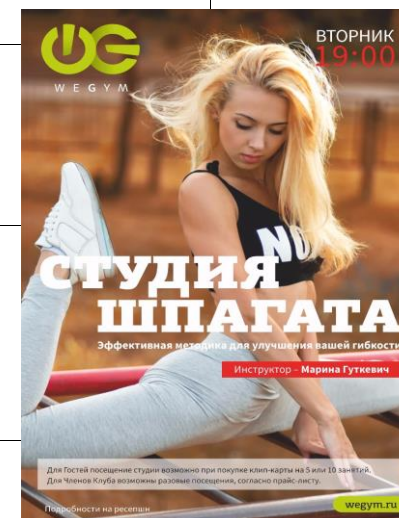


РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ С 31 июля по 6 августа

Тел. +7 (495) 987 47 87

wg-fresh.ru

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	время
08:00		Pilates Pro Таня, Зал 2		Pilates Анастасия, Зал 2				08:00
09:00			Pilates Анастасия, Зал 2		Aqua Tabs Наталья			09:00
10:00	Pilates Анастасия, Зал 1	Stretch Таня, Студия Йоги		Low Body Power Настя, Зал 1	Pilates Дарья, Зал 1			10:00
	Aqua Tabs Наталья		Aqua Mix Наталья				Aqua Mix Наталья	
11:00	Functional Training Анастасия, Зал 1	Low Body Power Дарья, Зал 1	Power Training Настя, Зал 1	Functional Training Настя, Зал 1	Power Training Дарья, Зал 1	Pilates Pro Лена, Зал 2	Functional Training Настя, Зал 1	11:00
		Yoga Марина, Студия Йоги		Yoga Марина, Студия Йоги		Boxing Артем, Студия единоборств		
12:00	BODY BALANCE Анастасия, Зал 1	Pilates Дарья, Зал 1	Prenatal Анастасия, Зал 2	Pilates Анастасия, Зал 1	Stretch Дарья, Студия Йоги	Functional Training Лена, Зал 1	Power Training Настя, Зал 1	12:00
							Oriental Анастасия К. Зал 2	
			P Swimming Sport Анна	P Swimming Sport Анна			P Boxing Pro Сергей, Студия единоборств	
13:00		Stretch Анастасия, Студия Йоги				Power Training Дарья, Зал 1	Aqua Tabs Наталья	13:00
		Yoga Prenatal Марина, Студия Йоги		Yoga Prenatal Марина, Студия Йоги	Aqua Noodles Наталья		ABS Stretch Лена, Зал 1	
14:00						Swimming Данила	Stretch Лена, Зал 2	14:00
15:00							Zumba @ Ольга П. Зал 1	15:00
16:00							Strong by Zumba @ Ольга П. Зал 1	16:00
18:00					BODY BALANCE Таня, Зал 1			18:00
18:30	Aqua Mix Наталья	Aqua Mix Наталья	Strong Spine Таня, Зал 2	Aqua Start Наталья			Ladys Fight Оксана, Студия единоборств	18:30
		P Boxing Pro Сергей, Студия единоборств		P Boxing Pro Сергей, Студия единоборств	P Boxing Pro Сергей, Студия единоборств			
19:00	Step Pro Дарья, Зал 1		Cycle Таня, Зал 1		Functional Training Таня, Зал 1			19:00
	Functional Training Настя, Зал 2	Interval Training Настя, Зал 2	Functional Training Дарья, Зал 2	Up Body Power Таня, Зал 1				
	Muay Thai Оксана, Студия единоборств	P СТУДИЯ ШПАГАТА Марина, Студия Йоги	Cross Fight Оксана, Студия единоборств			Yoga Марина, Студия Йоги		
20:00	Power Training Настя, Зал 1	Power Training Настя, Зал 1	Low Body Power Таня, Зал 1	Interval Training Таня, Зал 1	Power Training Настя, Зал 1			20:00
	ABS Stretch Дарья, Зал 2		Pilates Дарья, Зал 2	Dance Дима, Зал 2	Strong Spine Таня, Зал 2			
	Yoga Марина, Студия Йоги		Yoga Марина, Студия Йоги			Ladys Fight Оксана, Студия единоборств		
21:00		Boxing Артем, Студия единоборств		Boxing Артем, Студия единоборств	Aqua Tabs Наталья			21:00
	MFR Stretch Дарья, Зал 2	Stretch Анастасия, Зал 2	Stretch Дарья, Зал 2	MFR Stretch Таня, Зал 2				
			Swimming Лиза					



Классы смешанного формата
Танцевальные классы
Бассейн

Силовые классы
Аэробные классы
Студия единоборств

"Разум и Тело"
Стретчинг
Функциональный тренинг

★ Новые уроки

Р платные студии