XS-FitРАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

ЗИПОВСКАЯ, 68

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ВРЕМЯ** | **ПН** | **ВТ** | **СР** | **ЧТ** | **ПТ** | **СБ** |
| **7:30** |  | **ПИЛАТЕС**  **ЗДОРОВАЯ СПИНА** |  | **ПИЛАТЕС**  **ЗДОРОВАЯ СПИНА** |  |  |
| **08:30** | **ЙОГА ТЕРАПИЯ**  **АЭРОЙОГА** |  | **ЙОГА ТЕРАПИЯ**  **АЭРОЙОГА** |  | **ЙОГА ТЕРАПИЯ**  **АЭРОЙОГА** |  |
| **9:00** |  | **ФУНКЦИОНАЛ**  **ТРЕНИНГ** |  | **ФУНКЦИОНАЛ**  **ТРЕНИНГ** |  |  |
| **10:00** | **АЭРОМИКС** | **АЭРОЙОГА** | **АЭРОМИКС** | **АЭРОЙОГА** | **АЭРОМИКС** |  |
| **11:00** |  |  | **РАСТЯЖКА**  **ШПАГАТ+СПИНА** |  |  |  |
| **12:00-**  **15:00** |  |  |  |  |  | **КАРАТЕ**  **для детей** |
| **17:0019:00** | **ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ** |  | **ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ** |  |  |  |
| **17:30**  **18:30** |  | **КАРАТЕ**  **для детей** |  | **КАРАТЕ**  **для детей** |  |  |
| **18:00** | **РАСТЯЖКА**  **шпагат+спина** |  | **РАСТЯЖКА**  **шпагат+спина** |  | **РАСТЯЖКА**  **шпагат+спина** |  |
| **19:00** | **ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ**  **ДЛЯ ДЕТЕЙ** | **АЭРОЙОГА** | **ВОСТОЧНЫЕ ТАНЦЫ**  **ДЛЯ ДЕТЕЙ** | **АЭРОЙОГА** |  |  |
| **19:00** | **ЗДОРОВАЯ СПИНА** |  | **ЗДОРОВАЯ СПИНА** |  | **ЗДОРОВАЯ СПИНА** |  |
| **19:30** |  | **КАРАТЕ**  **для детей** |  | **КАРАТЕ**  **для детей** |  |  |
| **20:00** | **АЭРОЙОГА** |  | **АЭРОЙОГА** |  | **АЭРОЙОГА** |  |
| **20:00** | **ФУНКЦИОНАЛ. ТРЕНИНГ** | **ХАТХА**  **ЙОГА** | **ФУНКЦИОНАЛ. ТРЕНИНГ** | **ХАТХА**  **ЙОГА** | **ФУНКЦИОНАЛ ТРЕНИНГ** | **ХАТХА**  **ЙОГА**  **воскресенье** |

**ОБЯЗАТЕЛЬНА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ**

**КОЛИЧЕСТВО МЕСТ ОГРАНИЧЕНО**

# ***ЗАПИСЬ НА УТРЕННИЕ ЗАНЯТИЯ НАЧИНАЕТСЯ ВЕЧЕРОМ,***

# ***ЗА ДЕНЬ ДО ЗАНЯТИЯ, ДО 20.00 ЗАПИСЬ НА ВЕЧЕРНИЕ - В ДЕНЬ ЗАНЯТИЯ, ДО 16.00***

***Для записи пишите нам в WhatsApp 8 962 8527557***