



Праздничное расписание  
Январь 2021г.



Время	Суббота 2.01	Воскресенье 3.01	Понедельник 4.01	Вторник 5.01	Среда 6.01	Четверг 7.01	Пятница 8.01	Суббота 9.01	Воскресенье 10.01
09:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	SH'BAM	BODYCOMBAT Ирина	SH'BAM	BODYCOMBAT	BODYBALANCE	BODYCOMBAT	BODYBALANCE
10:00	SH'BAM	CXWORX	Пилатес Дина BODYCOMBAT	BODYBALANCE Ирина Силовая тренировка Елена	Пилатес Дина BODYCOMBAT	Мобильность, статика! Вадим BODYBALANCE Ирина	Функциональный тренинг Елена SH'BAM Ирина	BODYBALANCE	SH'BAM
10:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	SH'BAM Ирина	BODYBALANCE	CXWORX Ирина	BODYBALANCE Ирина	SH'BAM	BODYBALANCE
11:00	CXWORX	Hot Iron2 Ирина SH'BAM	Сила, баланс, ловкость! Вадим Зумба Дина	Hot Iron3 Ирина BODYBALANCE	Фит бол Ирина SH'BAM	Функциональная тренировка Вадим МФР Ирина	Hot Iron1 Ирина BODYBALANCE	Сделай тело! Ирина CXWORX	Hot Iron2 Ирина BODYBALANCE
11:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	SH'BAM	BODYBALANCE	SH'BAM	CXWORX	BODYBALANCE	CXWORX
12:00	«Студия танца» Юлия CXWORX	Пилатес Ирина BODYCOMBAT	Степ аэробика Юлия Мобильность, статика! Вадим	Пилатес Ирина BODYCOMBAT	Кик боксинг аэробика new Юлия Динамическая растяжка Ирина	Hot Iron2 Ирина «Шпагат» new Виктория	«Студия танца» Юлия BODYBALANCE	Йога в гамаках Ирина BODYCOMBAT	«Time to dance» Виктория Пилатес Ирина
12:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	SH'BAM	BODYBALANCE	BODYCOMBAT	BODYBALANCE	CXWORX
13:00	«Студия осанки» Юлия BODYCOMBAT	«Time to dance» Виктория CXWORX	«Студия осанки» Юлия SH'BAM	«Time to dance» Виктория CXWORX	«Студия осанки» Юлия BODYCOMBAT	«Time to dance» Виктория CXWORX	«Студия осанки» Юлия SH'BAM	«Fly dance» \$ Ирина BODYBALANCE	Сайкл Полина BODYBALANCE
13:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE		BODYBALANCE		CXWORX	BODYCOMBAT
14:00	Силовая тренировка Елена SH'BAM	BODYCOMBAT	CXWORX	BODYCOMBAT	Кундалини йога (90мин.) Татьяна	BODYCOMBAT	Кундалини йога (90мин.) Татьяна	Зумба Дина BODYBALANCE	Bands Training Полина BODYBALANCE
14:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE		BODYBALANCE		BODYCOMBAT	SH'BAM
15:00	CXWORX	GRIT	CXWORX	GRIT		GRIT		Пилатес Дина	BODYBALANCE
16:00	BODYCOMBAT	CXWORX	BODYCOMBAT	CXWORX	BODYCOMBAT	CXWORX	BODYCOMBAT	SH'BAM Дина	CXWORX
17:00	CXWORX	SH'BAM	CXWORX	SH'BAM	CXWORX	SH'BAM	CXWORX	GRIT	Jumping Полина \$
17:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYCOMBAT
18:00	BODYCOMBAT	CXWORX	Круговой тренинг Дина BODYBALANCE	Стрип пластика Дина CXWORX	Сайкл Полина Степ+ пресс Вадим	CXWORX	«Совершенное тело» Вадим BODYBALANCE	BODYCOMBAT	BODYBALANCE
18:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	SH'BAM	BODYBALANCE	BODYCOMBAT	BODYBALANCE	BODYCOMBAT	BODYBALANCE	CXWORX
19:00	GRIT	SH'BAM	Пилатес Дина CXWORX	Растяжка Дина SH'BAM	Bands Training Полина Зумба Вадим	GRIT	Пресс+ягодицы Полина Зумба Вадим	CXWORX	SH'BAM
19:30	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	BODYBALANCE	CXWORX	BODYBALANCE	CXWORX	BODYBALANCE	BODYBALANCE
20:00	BODYCOMBAT	GRIT	SH'BAM	BODYCOMBAT	BODYBALANCE	BODYCOMBAT	BODYBALANCE	BODYCOMBAT	GRIT

Большой зал (4 этаж)    Малый зал (3 этаж)    Студия (-1 этаж)    \$ - коммерческий урок