

Расписание зала групповых занятий ФОК им. Ивана Дворного (ул. Дианова, 14а)

с 30 января по 5 февраля 2023г.

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье							
Серый зал	Оранжевый зал	Серый зал	Оранжевый зал	Серый зал	Оранжевый зал	Серый зал	Оранжевый зал	Серый зал	Оранжевый зал	Серый зал	Оранжевый зал	Серый зал	Оранжевый зал						
8.00-8.45 POP UP <i>Дарья</i>				8.00-8.45 ABS <i>Татьяна</i>		8.00-8.50 "БУДЬ ЗДОРОВ!" ₽		8.00-8.45 BODY TONE <i>Дарья</i>		9.00-9.45 ОФП SwimMaster									
9.00-9.45 BODY SCULPT <i>Дарья</i>		9.00-9.45 BODY TONE <i>Татьяна</i>		9.00-9.45 ABL <i>Татьяна</i>		9.00-9.45 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ <i>Татьяна</i>		9.00-9.45 ТАБАТА <i>Дарья</i>		10.00-10.45 ТАБАТА <i>Татьяна</i>		10.00-10.55 Центр худ-ной гимнастики		10.00-10.45 STRONG BODY					
10.00-10.45 ПИЛАТЕС <i>Дарья</i>		10.00-10.45 STRONG BODY <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 ПИЛАТЕС <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 UP BODY <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 ГРУППА ЗДО- РОВЬЯ (50+) <i>Дарья</i>		11.00-11.45 BODY TONE <i>Татьяна</i>		11.10-12.05 Центр худ-ной гимнастики		11.00-10.45 STRONG BODY					
		11.00-11.45 ГРУППА ЗДО- РОВЬЯ (50+) <i>Татьяна</i>				11.00-11.45 СТРЕТЧИНГ <i>Татьяна</i>				12.00-12.45 СТРЕТЧИНГ <i>Татьяна</i>		11.00-11.45 CYCLE + СТРЕТЧИНГ <i>Наталья</i>							
17.00-17.55 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace				17.00-17.55 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace				17.00-17.55 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace				17.00-17.55 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace			12.15-13.10 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	12.00-12.45 BODY SCULPT <i>Наталья</i>			
18.00-18.55 Киокусинкай Каратэ ₽		18.15-19.00 CYCLE + РУКИ <i>Дарья</i>		18.15-19.00 ABL <i>Наталья</i>		18.10-19.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		18.15-19.00 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ <i>Дарья</i>		18.15-19.00 STRONG BODY <i>Наталья</i>		18.10-19.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		18.00-18.55 Киокусинкай Каратэ ₽	18.15-19.00 CYCLE + СТРЕТЧИНГ <i>Наталья</i>	18.15-19.10 ОФП Тезекбаев ₽			
19.15-20.00 ТАБАТА <i>Дарья</i>		19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		19.15-20.00 BODY SCULPT <i>Наталья</i>		19.15-20.10 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		19.15-20.00 POP UP <i>Наталья</i>		19.15-20.10 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		19.15-20.00 BODY SCULPT <i>Наталья</i>	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace				
20.15-21.00 СТРЕТЧИНГ <i>Дарья</i>								20.15-21.00 BODY TONE <i>Дарья</i>						20.15-21.00 СТРЕТЧИНГ <i>Наталья</i>					

☎ - Предварительная запись (за день или день в день) у администраторов

✓ - Обратите внимание!

Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание групповых занятий

₽ - Отдельный абонемент (информацию уточнить у администраторов)