

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

с 4 по 10 декабря 2023 г.

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 ABL <i>Татьяна</i>		8.00-8.45 ABS <i>Татьяна</i>		8.00-8.45 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ <i>Татьяна</i>	8.00-8.50 "БУДЬ ЗДОРОВ!" ₽	8.00-8.45 BODY TONE <i>Настя</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 ТАБАТА <i>Татьяна</i>		9.00-9.45 BODY TONE <i>Татьяна</i>		9.00-9.45 ТАБАТА <i>Настя</i>		10.00-10.45 POP UP <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 Центр худ-ной гимнастики STRONG BODY ₽ Grace	
10.00-10.45 СТРЕТЧИНГ ✓ <i>Дарья</i>		10.00-10.45 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ (50+) <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 СТРЕТЧИНГ <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 ПИЛАТЕС <i>Татьяна</i>		10.00-10.45 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ (50+) <i>Настя</i>		11.00-11.45 BODY TONE <i>Татьяна</i>		11.00-11.45 Центр худ-ной гимнастики ПЛАТЕС <i>Настя</i>	
										12.00-12.45 СТРЕТЧИНГ <i>Татьяна</i>		12.00-12.45 Центр худ-ной гимнастики ПЛАТЕС ₽ 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		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 ПЛАТЕС ₽ Grace	
18.00-18.55 Киокусинкай Каратэ ₽	18.15-19.00 CYCLE + РУКИ Дарья	18.05-19.00 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	18.15-19.00 CYCLE + СТРЕТЧИНГ Настя	18.15-19.00 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ Настя		18.05-19.00 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	18.15-19.00 CYCLE + ПРЕСС Настя	18.00-18.55 Киокусинкай Каратэ ₽	18.15-19.00 CYCLE + СТРЕТЧИНГ Оля			18.15-19.10 ОФП Тезекбаев	
19.15-20.00 ТАБАТА Дарья	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.15-20.00 BODY SCULPT Настя	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace		19.15-20.00 ABL Настя	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.15-20.00 BODY SCULPT Оля	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace				
20.15-21.00 СТРЕТЧИНГ Дарья		20.15-21.00 ABS Настя		20.15-21.00 BODY TONE Настя		20.15-21.00 ПИЛАТЕС Настя		20.15-21.00 СТРЕТЧИНГ Оля					

☎ - Предварительная запись у администраторов (по будням день в день, на выходные и праздничные дни за день)

Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание групповых занятий

₽ - Отдельный абонемент (информацию уточнять у администраторов)

✓ - Обратите внимание!