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

с 25 по 31 марта 2024 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 ***Настя***		8.00-8.45 UP BODY ***Настя***		8.00-8.45 ABS ***Оля***		8.00-8.45 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ ***Настя***		8.00-8.45 BODY TONE ***Наташа П.***		9.00-9.45 ОФП SwimMaster ₽			
9.00-9.45 BODY SCULPT ***Настя***		9.00-9.45 BODY TONE ***Настя***		9.00-9.45 ТАБАТА ***Оля***		9.00-9.45 BODY TONE ***Настя***		9.00-9.45 ТАБАТА ***Наташа П.***		10.00-10.45 POP UP ***Наташа П.***	10.00-10.55 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	10.00-10.45 STRONG BODY ***Наташа П.***	
10.00-10.45 СТРЕТЧИНГ ***Настя***		10.00-10.45 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ (50+) ***Настя***		10.00-10.45 ПИЛАТЕС ***Оля***		10.00-10.45 ПИЛАТЕС ***Настя***		10.00-10.45 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ (50+) ***Наташа П.***		11.00-11.45 BODY TONE ***Наташа П.***	11.10-12.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	11.00-11.45 ПИЛАТЕС ***Наташа П.***	
										12.00-12.45 СТРЕТЧИНГ ***Наташа П.***	12.15-13.10 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	12.00-12.45 СТРЕТЧИНГ ***Наташа П.***	
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		15.00-15.55 ₽ ОФП Матюшов			
18.00-18.55 Киокусинкай Каратэ ₽	18.15-19.00 CYCLE + РУКИ ***Оля***	18.05-19.00 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	18.15-19.00 CYCLE + СТРЕТЧИНГ ***Наташа П.***	18.15-19.00 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ ***Наташа Е.***		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 ***Наташа Е.***				
19.15-20.00 ТАБАТА ***Оля***	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.15-20.00 BODY SCULPT ***Наташа П.***	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.15-20.00 CYCLE + ПРЕСС ***Наташа Е.***	19.15-20.00 ABL ***Настя***	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace	19.15-20.00 BODY SCULPT ***Наташа Е.***	19.10-20.05 Центр худ-ной гимнастики ₽ Grace				
20.15-21.00 СТРЕТЧИНГ ***Оля***		20.15-21.00 ABS ***Наташа П.***		20.15-21.00 STRONG BODY ***Наташа Е.***		20.15-21.00 ПИЛАТЕС ***Настя***		20.15-21.00 СТРЕТЧИНГ ***Наташа Е.***					

- 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

- Обратите внимание!

₽ *- Отдельный абонемент (информацию уточнять у администраторов)*