

**Расписание ФИТНЕС ЗАЛА ФОК "Авангард" им. Сали Катыка (ул. 25 лет Октября, 4)
с 15 по 21 сентября 2025 г.**

Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье	
9.30-10.15 BODY SCULPT <i>Дарья</i>				9.30-10.15 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ <i>Ирина</i>				9.30-10.15 ТАБАТА <i>Дарья</i>					
10.30-11.15 ПИЛАТЕС <i>Дарья</i>		10.00-10.50 POP UP <i>Ирина</i>		10.30-11.15 СТРЕТЧИНГ <i>Ирина</i>		10.00-10.50 BODY TONE <i>Ирина</i>		10.30-11.15 ПИЛАТЕС <i>Дарья</i>		10.00-10.50 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ <i>Дарья</i>		10.00-10.50 BODY SCULPT <i>Ирина</i>	
		11.00-11.50 ГРУППА ЗДОРОВЬЯ <i>Ирина</i>				11.00-11.50 ПИЛАТЕС <i>Ирина</i>				11.00-11.50 ПИЛАТЕС <i>Дарья</i>		11.00-11.50 СТРЕТЧИНГ <i>Ирина</i>	
						15.00-16.00 "СИ "Лидер"							
						17.00-18.00 "СИ "Лидер"							
18.30-19.15 ABS <i>Ирина</i>				18.30-19.15 ФУНКЦ. ТРЕНИНГ <i>Елена</i>				18.30-19.15 ABL <i>Ирина</i>					
19.30-20.15 ПИЛАТЕС <i>Ирина</i>		19.00-19.45 BODY TONE <i>Дарья</i>		19.30-20.15 СТРЕТЧИНГ <i>Елена</i>		19.00-19.45 BODY SCULPT <i>Дарья</i>		19.30-20.15 ПИЛАТЕС <i>Ирина</i>					
		20.00-20.45 ПИЛАТЕС <i>Дарья</i>				20.00-20.45 СТРЕТЧИНГ <i>Дарья</i>							

 - Отдельный абонемент, информацию уточнять у администраторов

 - Обратите внимание!!!

Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание групповых занятий