

Понедельник 21.01.2019	Вторник 22.01.2019	Среда 23.01.2019	Четверг 24.01.2019	Пятница 25.01.2019	Суббота 26.01.2019	Воскресенье 27.01.2019
Утренние тренировки с 06.00 до 12.00						
07.00 - 08.30 Body and mind НАТНА YOGA Наталья Беляева	07.30 - 08.25 Body and mind СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА Светлана Луговская	07.00 - 08.30 Body and mind НАТНА YOGA Наталья Беляева	07.30 - 08.25 Body and mind СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА Светлана Луговская	07.00 - 08.30 Body and mind НАТНА YOGA Наталья Беляева	08.00 - 08.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Дмитрий Карев	09.30 - 11.00 Body and mind ДАОССКАЯ ИОГА Александр Дрон
08.00 - 08.55 Бассейн ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ Дмитрий Карев	08.30 - 09.15 Силовые тренировки TOTAL BODY Светлана Луговская	08.30 - 09.25 Body and mind ЦИГУН Александр Дрон	08.00 - 09.25 Единоборства БОКС (платная студия) Роман Шорин	08.00 - 08.45 Бассейн ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ Вероника Циванюк	10.00 - 10.55 Body and mind PILATES MAN Лилия Пешкова	10.00 - 10.55 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Ирина Киор
08.00 - 09.30 Единоборства БОКС (платная студия) Роман Шорин	08.45 - 09.30 Бассейн AQUA BEGINNERS Максим Кузнецов	09.00 - 09.55 Силовые тренировки LOW BODY Наталья Дудорова	08.30 - 09.25 Body and mind BOSU BALANCE Виктория Файзулина	09.00 - 09.55 Кардиотрениров ки КРУГОВАЯ Константин Димов	10.00 - 10.55 Танцевальные направления САЛЬСА Ульяна Морозова	10.00 - 10.55 Body and mind STRETCH MAN Анна Сукачева
08.30 - 09.25 Body and mind ЦИГУН Александр Дрон	10.00 - 10.55 Body and mind ЗДОРОВАЯ СПИНА Александр Дрон	10.00 - 10.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Николай Емельяшин	10.00 - 10.55 Силовые тренировки POWER Константин Димов	10.00 - 10.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Элеонора Калашникова	10.00 - 10.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Ирина Киор	10.00 - 10.55 Кардиотрениров ки FIT BALL Ольга Потехина
09.00 - 09.55 Силовые тренировки UPPERBODY Константин Димов	10.00 - 10.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Элеонора Калашникова	10.00 - 10.55 Силовые тренировки CORE+STRETCH Светлана Луговская	10.00 - 10.55 Танцевальные направления PORTDeBRAS Анна Сукачева	10.00 - 10.55 Body and mind AIR YOGA (по записи) Наталья Беляева	11.00 - 11.55 Функциональный тренинг TRX Андрей Машталер	11.00 - 11.55 Танцевальные направления ZUMBA Юлия Пономарева
10.00 - 10.55 Бассейн СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (студия) Роман Киршин	10.00 - 10.55 Танцевальные направления STRIP PLASTICA Наталья Дудорова	10.00 - 10.55 Танцевальные направления ZUMBA GOLD 45+ (по записи) Юлия Пономарева	11.00 - 11.55 Танцевальные направления ZUMBA Юлия Пономарева	10.00 - 10.55 Силовые тренировки UPPERBODY Константин Димов	11.00 - 11.55 Силовые тренировки POWER Константин Димов	11.00 - 11.55 Body and mind AIR YOGA (по записи) Анна Сукачева
10.00 - 10.55 Body and mind AIR STRETCH (по записи) Наталья Беляева	11.00 - 11.45 Детский фитнес МАЛЕНЬКИЕ РЫБКИ Анна Трофимова	10.00 - 10.55 Body and mind PILATES MAT Наталья Дудорова	11.00 - 11.55 Единоборства БОКС Роман Шорин	10.00 - 10.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Николай Емельяшин	11.00 - 11.55 Детский фитнес КРЕПЫШИ Ирина Баклушина	11.15 - 11.45 Детский фитнес МАЛЫШИ- КРЕПЫШИ Полина Прибыльская
10.00 - 10.55 Силовые тренировки LOW BODY Константин Димов	11.00 - 12.30 Единоборства БОКС Роман Шорин	10.30 - 11.00 Детский фитнес AQUA-МАЛЫШ (6 мес-1,5 г) Полина Прибыльская	11.00 - 12.30 Единоборства БОКС Роман Шорин	11.00 - 11.55 Кардиотрениров ки CYCLE (по записи) Ирина Баклушина	11.00 - 11.55 Танцевальные направления SOCIAL DANCE Максим Кузнецов Александра Ефремова	11.00 - 11.55 Танцевальные направления BODY DANCE Александра Ефремова
11.00 - 11.30 Детский фитнес ТОПОТУШКИ Анна Сукачева	11.00 - 11.55 Body and mind STRETCH Наталья Дудорова	11.00 - 11.55 Танцевальные направления JAZZ Максим Кузнецов	11.00 - 11.55 Детский фитнес ФИТНЕС+МАЛЫ Ш (1-2 года) Полина Прибыльская	11.00 - 11.55 Танцевальные направления BODY DANCE Александра Ефремова	11.00 - 11.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Ирина Киор	
11.00 - 11.55 Функциональный тренинг TRX Лилия Пешкова	11.00 - 11.55 Детский фитнес ФИТНЕС+МАЛЫ Ш (1-2 года) Анна Сукачева	11.00 - 11.30 Детский фитнес AQUA-МАЛЫШ (1,5-3г) Полина Прибыльская		11.00 - 11.55 Танцевальные направления BODY DANCE Александра Ефремова		
11.00 - 11.55 Танцевальные направления ZUMBA Юлия Пономарева	11.00 - 11.55 Силовые тренировки CORE+STRETCH Константин Димов			11.30 - 12.00 Детский фитнес AQUA-МАЛЫШ (1,5-3г) Элеонора Калашникова		
Дневные тренировки с 12:00 до 18:00						
12.00 - 12.55 Body and mind PILATES BALL Лилия Пешкова	12.00 - 12.55 Детский фитнес МАМА+МАЛЫШ (6 мес-1 год) Анна Сукачева	12.00 - 12.55 Силовые тренировки POWER Константин	12.00 - 12.55 Силовые тренировки TOTAL BODY Константин	12.00 - 12.55 Силовые тренировки POWER Анна Сукачева	12.00 - 12.45 Детский фитнес ДЕТСКИЙ БОКС Роман Шорин	12.00 - 12.45 Детский фитнес FITBALL KIDS Полина Прибыльская

12.00 - 12.55 Силовые тренировки POWER Анна Сукачева	12.00 - 12.55 Кардиотренировки КРУГОВАЯ Константин Димов	Димов 12.00 - 12.30 Детский фитнес ТАНЦУИ, МАЛЫШ Полина Прибыльская	Димов 12.00 - 12.55 Детский фитнес МАМА+МАЛЫШ (6 мес-1 год) Полина Прибыльская	12.00 - 12.30 Детский фитнес ШАРИКИ-СМЕШАРИКИ Ирина Баклушина	12.00 - 12.45 Детский фитнес ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ Кристина Поздеева	12.00 - 12.55 Body and mind STRETCH Ярославна Илыняк
12.15 - 13.00 Бассейн AQUA BEGINNERS Ярославна Илыняк	12.00 - 12.55 Body and mind AIR STRETCH (по записи) Александр Дрон	12.00 - 12.55 Силовые тренировки ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ 60+ Ярославна Илыняк	12.00 - 12.30 Детский фитнес ТОПАЕТ МАЛЫШ Анна Сукачева	12.15 - 13.00 Бассейн AQUA BEGINNERS Ярославна Илыняк	12.00 - 12.55 Кардиотренировки CYCLE (по записи) Ирина Баклушина	12.00 - 12.55 Body and mind PILATES ROLL Светлана Луговская
13.00 - 13.55 Танцевальные направления JAZZ Максим Кузнецов	12.00 - 12.55 Кардиотренировки CYCLE (по записи) Ирина Баклушина	12.10 - 12.55 Бассейн AQUA POWER Максим Кузнецов	12.00 - 12.55 Танцевальные направления САЛЬСА Юлия Пономарева	13.00 - 13.55 Функциональный тренинг BOSU Анна Сукачева	12.00 - 12.55 Функциональный тренинг BOSU Виктория Файзулина	12.15 - 13.10 Бассейн КРУГОВАЯ Долгополов
13.15 - 14.00 Бассейн AQUA МАМА (по записи) Земфира Паккаль	12.15 - 13.15 Бассейн AQUA COMBAT Максим Кузнецов	13.00 - 13.55 Body and mind ШПАГАТ Ярославна Илыняк	12.15 - 13.00 Бассейн AQUA MIX Максим Кузнецов	13.00 - 13.55 Танцевальные направления BELLY DANCE Алия Козырева	12.00 - 12.55 Танцевальные направления PORTDeBRAS Светлана Луговская	13.00 - 13.45 Детский фитнес ГТО Полина Прибыльская
14.00 - 14.55 Body and mind STRETCH Ярославна Илыняк	13.00 - 13.55 Силовые тренировки LOW BODY Ольга Потехина	13.00 - 13.55 Танцевальные направления LATINA MIX Александра Ефремова	13.00 - 13.55 Body and mind STRETCH Лилия Пешкова	13.15 - 14.00 Бассейн AQUA МАМА (по записи) Земфира Паккаль	12.15 - 13.00 Бассейн AQUA INTERVAL Максим Долгополов	13.00 - 13.55 Танцевальные направления БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ Максим Кузнецов Ульяна Морозова
15.00 - 15.55 Body and mind ROLL+STRETCH Лилия Пешкова	13.00 - 13.55 Body and mind МАМА FIT Анна Сукачева	14.00 - 14.55 Танцевальные направления BELLY DANCE Алия Козырева	14.00 - 14.55 Силовые тренировки GYMSTICK Ольга Потехина	14.00 - 14.55 Body and mind FIT YOGA Лилия Пешкова	13.00 - 14.30 Body and mind ROLL+STRETCH Лилия Пешкова	13.00 - 13.55 Body and mind ЗДОРОВАЯ СПИНА Александр Дрон
15.00 - 15.45 Детский фитнес ЗДОРОВЫЕ СПИНКИ Анна Сукачева	14.00 - 14.45 Детский фитнес FITBALL KIDS Анна Сукачева	14.00 - 14.55 Кардиотренировки ТАВАТА Ярославна Илыняк	15.00 - 15.55 Body and mind AIR STRETCH (по записи) Наталья Беляева	15.00 - 15.45 Детский фитнес КРЫЛАТЫЕ КАЧЕЛИ Анна Сукачева	13.00 - 13.45 Детский фитнес БРАЗИЛЬСКОЕ ДЖИУ-ДЖИТСУ Виталий Новиков	14.00 - 14.55 Body and mind ЦИГУН Александр Дрон
17.00 - 17.45 Детский фитнес АКУЛЫ (платная студия) Анна Трофимова	14.00 - 14.55 Кардиотренировки FIT BALL Ольга Потехина	14.00 - 14.55 Бассейн ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ Николай Емельяшин	16.00 - 16.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Дмитрий Карев	15.00 - 15.55 Body and mind PILATES ROLL Лилия Пешкова	13.00 - 13.55 Танцевальные направления DANCE HALL Ярославна Илыняк	14.00 - 14.55 Кардиотренировки КРУГОВАЯ Светлана Луговская
	14.00 - 14.55 Body and mind FIT YOGA Наталья Беляева	15.00 - 15.55 Body and mind ЗДОРОВАЯ СПИНА Александр Дрон	17.00 - 17.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	16.00 - 16.45 Детский фитнес МОРСКАЯ БРАТВА Дмитрий Карев	13.00 - 13.45 Детский фитнес КРЫЛАТЫЕ КАЧЕЛИ (платная студия) Ирина Баклушина	16.00 - 16.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Алексей Щукин
	15.00 - 15.55 Body and mind PILATES RING Ольга Потехина	16.00 - 16.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Дмитрий Карев	17.00 - 17.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	16.00 - 16.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Николай Емельяшин	14.00 - 14.55 Body and mind ШПАГАТ Ярославна Илыняк	
	16.00 - 16.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Дмитрий Карев	17.00 - 17.45 Детский фитнес ДЕЛЬФИНЫ (платная студия) Вероника Циванюк	17.00 - 17.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Дмитрий Карев	17.00 - 17.45 Детский фитнес АКУЛЫ (платная студия) Анна Трофимова	17.00 - 17.45 Body and mind ZUMBA KIDS Юлия Пономарева	
	17.00 - 17.45 Детский фитнес ДЕЛЬФИНЫ (платная студия) Вероника Циванюк	17.00 - 17.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Николай Емельяшин			17.00 - 17.45 Детский фитнес ДЕЛЬФИНЫ (платная студия) Вероника Циванюк	
	17.00 - 17.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Дмитрий Карев				14.00 - 14.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	
					15.00 - 15.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	
					16.00 - 16.45 Детский фитнес РЫБКИ (платная студия) Алексей Щукин	

Вечерние тренировки с 18:00 до 23:00

18.00 - 18.55 Body and mind AIR STRETCH (по записи) Александр Дрон	18.00 - 18.55 Body and mind ЗДОРОВАЯ СПИНА Лилия Пешкова	18.00 - 18.55 Кардиотренировки FIT BALL Анна Сукачева	18.00 - 18.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	18.00 - 18.55 Кардиотренировки CYCLE (по записи) Олеся Рудяк		
18.00 - 18.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	18.00 - 18.45 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Николай Емельяшин	18.00 - 18.55 Body and mind AIR STRETCH (по записи) Александр Дрон	18.00 - 18.55 Body and mind PILATES RING Лилия Пешкова	18.00 - 18.55 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Николай Емельяшин		
18.00 - 18.55 Силовые тренировки GYMSTICK Виктория Файзулина	18.00 - 18.55 Силовые тренировки TOTAL BODY Яна Лобунцева	18.00 - 18.45 Детский фитнес ШКОЛА БАЛЬНОГО ТАНЦА Ульяна Морозова	18.00 - 18.45 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Николай Емельяшин	18.00 - 18.55 Body and mind SOFT Светлана Луговская		
18.30 - 19.15 Детский фитнес STRETCH KIDS Елена Седельникова	18.00 - 18.45 Детский фитнес DANCE MIX Ярославна Ильняк	18.00 - 18.45 Детский фитнес ЧЕРЛИДИНГ (платная студия) Кристина Поздеева	18.00 - 18.45 Детский фитнес BREAK DANCE Анастасия Попович	18.00 - 18.45 Детский фитнес ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ Елена Седельникова		
19.00 - 19.45 Детский фитнес LITTLE ENGLISH (платная студия) Кристина Поздеева	19.00 - 19.55 Танцевальные направления BODY DANCE Александра Ефремова	19.00 - 19.45 Детский фитнес CAPOEIRA Екатерина Адамович	18.00 - 18.55 Функциональный тренинг BEST FIT Яна Лобунцева	18.00 - 18.45 Детский фитнес ЧЕРЛИДИНГ (платная студия) Кристина Поздеева		
19.00 - 20.30 Единоборства БОКС Василий Кардаш	19.00 - 19.45 Детский фитнес КРАБИКИ (платная студия) Ирина Киор	19.00 - 20.30 Body and mind PILATES BAND Анна Сукачева	18.30 - 19.15 Детский фитнес БРАЗИЛЬСКОЕ ДЖИУ-ДЖИТСУ Виталий Новиков	19.00 - 20.30 Единоборства БОКС Василий Кардаш		
19.00 - 19.55 Силовые тренировки POWER Яна Лобунцева	19.00 - 19.55 Силовые тренировки LOW BODY Виктория Файзулина	19.00 - 20.30 Единоборства БОКС Василий Кардаш	19.00 - 19.55 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Ирина Киор	19.00 - 19.55 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Ирина Киор		
19.00 - 19.45 Детский фитнес СИНХРОННОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Марина Селина	19.00 - 19.45 Детский фитнес TABATA KIDS Кристина Поздеева	19.00 - 19.55 Танцевальные направления ZUMBA Юлия Пономарева	19.00 - 19.55 Силовые тренировки POWER Яна Лобунцева	19.00 - 19.55 Body and mind AIR STRETCH (по записи) Александр Дрон		
19.00 - 19.45 Танцевальные направления PORTDeBRAS Светлана Луговская	19.00 - 19.55 Функциональный тренинг TRX Андрей Машталер	19.00 - 19.45 Детский фитнес МОРСКАЯ БРАТВА Алексей Щукин	19.00 - 19.55 Танцевальные направления JAZZ Максим Кузнецов	19.00 - 19.45 Детский фитнес DANCE MIX Ульяна Морозова		
19.00 - 19.55 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Ирина Киор	20.00 - 20.55 Танцевальные направления DANCE MIX Ярославна Ильняк	19.00 - 19.55 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Ирина Киор	19.00 - 19.55 Body and mind STRETCH Лилия Пешкова	19.00 - 19.55 Танцевальные направления BODY DANCE Александра Ефремова		
19.00 - 19.55 Кардиотренировки CYCLE (по записи) Ирина Баклушина	20.00 - 20.55 Бассейн ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ Анна Трофимова	19.00 - 19.55 Кардиотренировки CYCLE + ПРЕСС (по записи) Ирина Баклушина	19.00 - 19.55 Бассейн ОБУЧЕНИЕ ПЛАВАНИЮ Николай Емельяшин	19.15 - 20.10 Бассейн AQUA POWER Земфира Паккаль		
19.00 - 19.55 Детский фитнес СПОРТИВНОЕ ПЛАВАНИЕ (платная студия) Роман Киришин	20.00 - 20.55 Body and mind PILATES BALL Лилия Пешкова	19.15 - 20.00 Бассейн AQUA COMBAT Земфира Паккаль	19.00 - 19.40 Детский фитнес ВЕСЕЛЫЕ МЕДУЗЫ Элеонора Калашникова	20.00 - 21.30 Body and mind ДАОССКАЯ ИОГА Александр Дрон		
19.15 - 19.45 Детский фитнес ТАНЦЫ, МАЛЫШ Полина Прибыльская	20.00 - 20.55 Кардиотренировки КРУГОВАЯ Виктория Файзулина	19.15 - 20.00 Детский фитнес LITTLE ENGLISH (платная студия) Кристина Поздеева	20.00 - 20.55 Силовые тренировки LOW BODY Виктория Файзулина	20.00 - 20.55 Body and mind STRETCH Светлана Луговская		
20.00 - 20.55	20.00 - 20.55 Единоборства КИКБОКСИНГ К-1	20.00 - 20.55 Танцевальные направления САЛЬСА Юлия	20.00 - 20.55 Танцевальные направления	21.00 - 21.45 Бассейн ВОДНОЕ ПОЛО Николай Мартыненко		

<p>Танцевальные направления LATINA MIX Ульяна Морозова</p> <p>20.00 - 21.30 Body and mind ДАОССКАЯ ИОГА Александр Дрон</p> <p>20.00 - 20.55 Кардиотренировки СТЕР Виктория Файзулина</p> <p>20.15 - 21.00 Бассейн AQUA POWER Земфира Паккаль</p> <p>20.30 - 22.00 Единоборства ММА (СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА) Станислав Власенко</p> <p>21.00 - 21.55 Силовые тренировки CORE+STRETCH Светлана Луговская</p> <p>21.15 - 22.10 Бассейн ВОДНОЕ ПОЛО Николай Мартыненко</p>	<p>Денис Карпенко</p> <p>20.15 - 21.10 Бассейн AQUA FREESTYLE Земфира Паккаль</p> <p>21.00 - 21.55 Body and mind ROLL+STRETCH Ярославна Илыняк</p>	<p>Пономарева</p> <p>20.00 - 21.30 Body and mind ДАОССКАЯ ИОГА Александр Дрон</p> <p>20.00 - 20.55 Функциональный тренинг BOSU Светлана Луговская</p> <p>20.30 - 22.00 Единоборства ММА (СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА) Станислав Власенко</p> <p>21.00 - 21.55 Body and mind STRETCH Ярославна Илыняк</p>	<p>LATINA MIX Ульяна Морозова</p> <p>20.00 - 20.55 Единоборства КИКБОКСИНГ К-1 Денис Карпенко</p> <p>20.15 - 21.00 Бассейн AQUA BEGINNERS Максим Кузнецов</p> <p>21.00 - 21.55 Силовые тренировки CORE+STRETCH Виктория Файзулина</p>	<p>-----</p>		
--	--	---	---	--------------	--	--