


РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ фитнес клуба MD-FIT

| время | понедельник                    | вторник                        | среда                     | четверг                   | пятница                          | суббота  | воскресенье                    | время |       |       |
|-------|--------------------------------|--------------------------------|---------------------------|---------------------------|----------------------------------|--|--------------------------------|-------|-------|-------|
| 11:00 |                                |                                |                           |                           |                                  | Елена Ф.<br>Здоровая спина<br>Зал 1  |                                | 11:00 |       |       |
| 12:00 |                                |                                |                           |                           |                                  |  |                                | 12:00 |       |       |
| 13:00 |                                |                                |                           |                           |                                  |  |                                | 13:00 |       |       |
| 14:00 |                                |                                |                           |                           |                                  |  |                                | 14:00 |       |       |
| 15:00 |                                |                                |                           |                           |                                  | Данил<br>LOWER BODY<br>Зал 1   | Марина<br>BELLY DANCE<br>Зал 1 | 15:00 |       |       |
| 16:00 |                                |                                |                           |                           |                                  | Данил<br>UPPER BODY<br>Зал 1   | Марина<br>PILATES<br>Зал 1     | 16:00 |       |       |
| 17:00 |                                |                                |                           |                           |                                  |  |                                | 17:00 |       |       |
| 18:00 |                                |                                | Елена Ф.<br>YOGA<br>Зал 1 |                           |                                  |  |                                |       | 18:00 |       |
| 19:00 | Ирина<br>FITBALL<br>Зал 1      | Марина<br>BELLY DANCE<br>Зал 1 |                           | Ирина<br>PUMP<br>Зал 1    | Ирина<br>ROUNG TRAINING<br>Зал 1 |  |                                |       |       | 19:00 |
| 20:00 | Ирина<br>LEGS+STRETCH<br>Зал 1 | Марина<br>PILATES<br>Зал 1     |                           | Ирина<br>STRETCH<br>Зал 1 | Ирина<br>TABS+STRETCH<br>Зал 1   |  |                                |       |       | 20:00 |
| 21:00 |                                |                                |                           |                           | Елена Д.<br>YOGA<br>Зал 1        |  |                                | 21:00 |       |       |

Продолжительность классов 55 минут, \* продолжительность - 85 минут. \$ -Занятие платное. Дополнительная информация на рецепции клуба.