

Расписание групповых занятий в фитнес-клубе «ФЕРРУМ»

Время тренировки	Пн.		Вт.		Ср.		Чт.		Пт.		Сб.		Вс.	
	А	Б	А	Б	А	Б	А	Б	А	Б	А	Б	А	Б
8:00 - 9:00	◆							◆						
9:00-10:00		90-60-903 Света Т.	Растяжка Юля	<i>Супер тело Алёна*</i>	Интенсив + 3 * Даша	Функц. тр. 2 Света Т.	Растяжка Юля	<i>Супер тело Алёна*</i>		90-60-903 Света Т.	Интенсив + 3 * Даша	◆		
10:00-11:00		Функц. тр.* 2 Света Т.		<i>Пилатес Алёна*</i>	Пресс + * растяжка2 Даша	◆		<i>Пилатес Алёна*</i>		Функц. тр.* 2 Света Т.	Пресс + * растяжка2 Даша			
11:00-12:00											◆			
12:00-13:00													◆	
13:00- 14:00				Пилатес2 Алена П. 13:15				Пилатес2. Алена П. 13:15				Растяжка Юля	◆	
14:00-15:00				Растяжка* 2 Алена П. 14:30				Растяжка*2 Алена П. 14:30			◆	◆		
15:00-16:00											◆	◆		
16:00-17:00			◆	◆			◆		◆					
17:00 - 18:00			◆	Каратэ (дети) Саша			Карат (дети) Саша		◆					
18:00 - 19:00	Fit mix Света В.		◆	90-60-903 Света Т.	Fit mix Света В.		◆	90-60-903 Света Т.	Fit mix Света В.	◆				
19:00 - 20:00	<i>Супер тело Алёна</i>	Super sculpt2 Света Т		Пилатес2 Алена П	<i>Супер тело Алёна</i>	Super sculpt2 Света Т		Пилатес2 Алена П.	<i>Супер тело Алёна</i>	Super sculpt2 Света Т				
20:00 - 21:00														
21:00 - 22:00														

Пр.Кирова 25

Тел.: 067-568-11-06

* занятия проводятся по предварительной записи

■ - 1й абонемент скидка 50%

◆ - постоянная аренда