

РАСПИСАНИЕ БАЗОВОЕ с 12 мая 2025

МОСКОВСКИЙ ПРОСПЕКТ 116В, "ПОЛЯРНАЯ ЗВЕЗДА"

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье
08.00-09.00		08.00-09.00		08.10-09.20		08.00-09.00		08.10-09.20		08.00-09.00		08.00-09.00	
09.15-10.10		09.15-10.10	Zumba (от 3-х) Алена П.	09.30-10.25	Bachata Dance Fit Елена С.	09.15-10.10	Zumba (от 3-х) Алена П.	09.30-10.25	Bachata Dance Fit Елена С.	09.30-10.25	Portdebras Елена Б.	8.45-9.20	
10.00-11.00	Bachata Dance Fit Елена С.	10.30-11.30	Pilates Надежда М.	10.30-11.30	Insidemove Елена С.	10.20-11.20	Insidemove Алена П.	10.30-11.30	Pilates Надежда М.	10.30-11.30	Zumba (от 3-х) Надежда М.	10.00-10.55	Insidemove Алена П.
12.00-13.00		12.40-13.30	Barre Надежда М.	12.00-13.00		12.00-13.00		12.40-13.30	Barre Надежда М.	11.40-12.40	Pilates Надежда М.	11.05-12.00	Zumba (от 3-х) Алена П.
13.00-14.00		13.30-14.30		13.00-14.00		13.00-14.00		13.30-14.30		13.00-14.00	Strong Надежда М.	12.10-13.05	Portdebras Елена Б.
14.00-15.00		14.00-15.00		14.00-15.00		14.00-15.00		14.00-15.00		14.00-15.00		13.15-14.15	Hatha Yoga Ольга С.
15.00-16.00	ПЕРСОНАЛЬНО Света (Надя)	15.00-16.00		15.00-16.00	ПЕРСОНАЛЬНО Света (Надя)	15.00-16.00		15.00-16.00		15.00-16.00		15.00-16.00	СУБАРЕНДА Наталья
16.10-17.05	Portdebras Надежда М.	16.00-17.00		16.10-17.05	Portdebras Надежда М.	16.10-17.05	ПЕРСОНАЛЬНО Мария (Надя)	16.00-16.55	Hatha Yoga Джинат	16.00-17.00	СУБАРЕНДА Ксения	16.00-17.00	СУБАРЕНДА Наталья
17.10-18.05	Power Надежда М.	17.30-18.20	Dynamic stretch Алена П.	17.10-18.05	Zumba G (от 3-х) Надежда М.	17.00-18.00	ПЕРСОНАЛЬНО Люда (Надя)	17.00-17.55	Power Роза	17.00-18.00	СУБАРЕНДА Ксения	17.00-18.00	
18.15-19.15	Pilates Надежда М.	18.25-19.15	Zumba G (от 3-х) Алена П.	18.15-19.15	Pilates Надежда М.	18.25-19.15	Zumba G (от 3-х) Алена П.	18.00-19.05	Aero Yoga Анастасия	18.00-19.00	СУБАРЕНДА Ксения	18.00-19.00	Insidemove Елена С.
19.20-20.15	Zumba (от 3-х) Дарья Л.	19.15-20.10	СУБАРЕНДА Prime time	19.20-20.15	Bachata Dance Fit Елена С.	19.20-20.15	Power Анна Г.	19.15-20.10	СУБАРЕНДА Prime time	19.00-20.00		19.10-20.05	Bachata Dance Fit Елена С.
20.20-21.15	Portdebras Елена Б.	20.20-21.20	СУБАРЕНДА Prime time	20.20-21.15	Portdebras Елена Б.	20.15-21.30	СУБАРЕНДА Ксения	20.20-21.20	СУБАРЕНДА Prime time	20.00-21.00			

Красный цвет - активные тренировки, **Желтый цвет** - танцевальные тренировки, **Голубой цвет** - спокойные тренировки. **Розовый цвет** - "бизнес-класс" (доплата 200 р., если у вас любая карта "Безлимит") . Клиенты без абонементов посещают ВСЕ занятия по базовому прайсу "Тренировка 36", который расположен на сайте и в зале (холл, зона рецепции). В случае расхождения на 5 минут начала тренировки ориентир на ЗАПИСЬ через сайт. Если в записи тренировки нет, то она отменена по уважительной причине (заболел тренер и нет возможности обеспечить замену, группа менее 2-х человек). Отмена тренировки при записи 1-го человека производится за 2 часа до начала, тренер уведомит записавшегося посредством смс в мессенджер. ПРОСИМ ВАС своевременно удалять свою запись в личном кабинете программы записи или уведомлять посредством чата в Telegram.

Наш сайт: trenirovka36.ru.