

**Расписание зала групповых занятий ФОК им. Ивана Дворного (ул. Дианова, 14а)**

с 22 по 28 июля 2024 г.

| Понедельник                              |               | Вторник   |               | Среда                                  |               | Четверг  |               | Пятница   |               | Суббота                                       |               | Воскресенье |               |
|--|---------------|---|---------------|--|---------------|--|---------------|---|---------------|---|---------------|-------------|---------------|
| Серый зал                                | Оранжевый зал | Серый зал   | Оранжевый зал | Серый зал                              | Оранжевый зал | Серый зал  | Оранжевый зал | Серый зал   | Оранжевый зал | Серый зал                                     | Оранжевый зал | Серый зал   | Оранжевый зал |
| 8.00-8.45<br>POP UP<br><i>Настя</i>      |               | 8.00-8.45<br>UP BODY<br><i>Татьяна</i>              |               | 8.00-8.45<br>ABS<br><i>Настя</i>       |               | 8.00-8.45<br>ФУНКЦ.<br>ТРЕНИНГ<br><i>Татьяна</i> |               | 8.00-8.45<br>BODY TONE<br><i>Настя</i>            |               | 9.00-9.45<br>ОФП<br>SwimMaster<br>₽           |               |             |               |
| 9.00-9.45<br>BODY SCULPT<br><i>Настя</i> |               | 9.00-9.45<br>BODY TONE<br><i>Татьяна</i>            |               | 9.00-9.45<br>ТАБАТА<br><i>Настя</i>    |               | 9.00-9.45<br>ABL<br><i>Татьяна</i>               |               | 9.00-9.45<br>STRONG<br>BODY<br><i>Настя</i>       |               | 10.00-10.45<br>POP UP<br><i>Настя</i>         |               |             |               |
| 10.00-10.45<br>СТРЕТЧИНГ<br><i>Настя</i> |               | 10.00-10.45<br>ГРУППА<br>ЗДОРОВЬЯ<br><i>Татьяна</i> |               | 10.00-10.45<br>ПИЛАТЕС<br><i>Настя</i> |               | 10.00-10.45<br>ПИЛАТЕС<br><i>Татьяна</i>         |               | 10.00-10.45<br>ГРУППА<br>ЗДОРОВЬЯ<br><i>Настя</i> |               | 11.00-11.45<br>BODY<br>SCULPT<br><i>Настя</i> |               |             |               |
|  |               |   |               |  |               |  |               |   |               | 12.00-12.45<br>СТРЕТЧИНГ<br><i>Настя</i>      |               |             |               |
|  |               |   |               |  |               |  |               |   |               | 15.00-15.55<br>ОФП<br>Матюшов                 |               |             |               |
| 19.00-19.45<br>ТАБАТА<br><i>Оля</i>      |               | 18.15-19.00<br>CYCLE +<br>СТРЕТЧИНГ<br><i>Настя</i> |               |  |               | 18.15-19.00<br>CYCLE +<br>ПРЕСС<br><i>Настя</i>  |               | 18.30-19.15<br>STRONG<br>BODY<br><i>Оля</i>       |               |   |               |             |               |
| 20.00-20.45<br>СТРЕТЧИНГ<br><i>Оля</i>   |               | 19.15-20.00<br>BODY<br>SCULPT<br><i>Настя</i>       |               |  |               | 19.15-20.00<br>ABL<br><i>Настя</i>               |               | 19.30-20.15<br>СТРЕТЧИНГ<br><i>Оля</i>            |               |   |               |             |               |
|  |               | 20.15-21.00<br>ABS<br><i>Настя</i>                  |               |  |               | 20.15-21.00<br>ПИЛАТЕС<br><i>Настя</i>           |               |   |               |   |               |             |               |

 - Предварительная запись у администраторов (по будням день в день, на выходные и праздничные дни за день)

Администрация оставляет за собой право вносить изменения в расписание групповых занятий

 - Обратите внимание!

₽ - Отдельный абонемент (информацию уточнять у администраторов)