

# Расписание групповых программ в **★ ЕВРОФИТНЕС ★**

понедельник		вторник		среда		четверг		пятница		суббота		воскресенье	
09:00	55 мин	09:00	55 мин	09:00	55 мин	09:00	55 мин	09:00	55 мин				
ПИЛАТЕС		СКУЛЬПТУРА ТЕЛА		ПИЛАТЕС		ЯГОДИЦЫ +ПРЕСС		СКУЛЬПТУРА ТЕЛА		09:25	90 мин		
Истомина Д.	бол.зал	Кулик Е.	бол.зал	Фадеева А.	бол.зал	Верёвкина В.	бол.зал	Истомина Д.	бол.зал	ЙОГА АЙЕНГАРА			
10:00	55 мин			10:00	55 мин	10:00	55 мин	10:00	55 мин				
КРАСИВЫЕ НОГИ				СКУЛЬПТУРА ТЕЛА		СИЛЬНЫЙ ТОРС + МИОФАСЦИАЛЬНЫЙ МАССАЖ		ГИБКОЕ ТЕЛО					
Истомина Д.	бол.зал			Фадеева А.	бол.зал	Верёвкина В.	бол.зал	Истомина Д.	бол.зал	Литвин Н.	бол.зал		
10:00 до 20.06	55 мин			11:00	55 мин	10:00 до 20.06	55 мин	11:00	55 мин	11:00	55 мин		
БАЛЕТНЫЙ КЛАСС				ТАНЦЕВАЛЬНАЯ ФИТНЕС ПРОГРАММА		БАЛЕТНЫЙ КЛАСС		ZUMBA®		КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА			
Нагнибида С.	мал.зал			Стельмах А.	бол.зал	Нагнибида С.	мал.зал	Стельмах А.	бол.зал	Кулик Е.			
11:00 до 20.06	55 мин					11:00 до 20.06	55 мин			12:00	55 мин	12:00	55 мин
АРАБСКИЕ ТАНЦЫ						АРАБСКИЕ ТАНЦЫ				СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА		РЕЛЬЕФНОЕ ТЕЛО	
Нагнибида С.	бол.зал	11:30	90 мин			Нагнибида С.	бол.зал			Кулик Е.	бол.зал	Истомина Д.	бол.зал
		ЙОГА								13:00	55 мин	13:00	55 мин
		Лебедев А.	бол.зал							ПРЕСС+РАСТЯЖКА		ГИБКОЕ ТЕЛО	
		13:00	55 мин							Кулик Е.	бол.зал	Истомина Д.	бол.зал
13:30	90 мин	ФИТНЕС МЯЧ								13:00 до 20.06	55 мин		
ЙОГА		Верёвкина В.	бол.зал							АРАБСКИЕ ТАНЦЫ			
		14:00	55 мин			14:00	90 мин			Нагнибида С.	мал.зал		
		МИОФАСЦИАЛЬНЫЙ МАССАЖ				ЙОГА ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК				14:00 Коммерческ.кл 55м			
		Верёвкина В.	бол.зал					АРАБСКИЕ ТАНЦЫ		Нагнибида С.	мал.зал		
Лебедев А.	бол.зал					Воробьева В.	бол.зал						
18:00	55 мин	18:00	55 мин	18:00	55 мин	18:00	55 мин	18:00	55 мин				
РЕЛЬЕФНОЕ ТЕЛО		ИНТЕРВАЛ		КРАСИВЫЕ НОГИ		ФИТНЕС МЯЧ		КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА					
Кузнецова О.	бол.зал	Кузнецова О.	бол.зал	Фадеева А.	бол.зал	Кузнецова О.	бол.зал	Алимамедова О.	бол.зал				
19:00	55 мин	19:00	55 мин	19:00	55 мин	19:00	55 мин	19:00	55 мин				
КАРДИО СТЕП		КРУГОВАЯ ТРЕНИРОВКА		ФИТНЕС МЯЧ		СКУЛЬПТУРА ТЕЛА		ГИБКОЕ ТЕЛО					
Кузнецова О.	бол.зал	Кузнецова О.	бол.зал	Фадеева А.	бол.зал	Кузнецова О.	бол.зал	Алимамедова О.	бол.зал				
20:00	55 мин	20:00	90 мин	20:00	55 мин	20:00	55 мин	20:00	90 мин				
АРАБСКИЕ ТАНЦЫ		ЙОГА АЙЕНГАРА		ГИБКОЕ ТЕЛО		ПРЕСС+РАСТЯЖКА		ЙОГА АЙЕНГАРА					
Гоглева А.	бол.зал	Литвин Н.	бол.зал	Фадеева А.	бол.зал	Кузнецова О.	бол.зал	Литвин Н.	бол.зал				

**Адрес: пр.Науки, д.10**  
**Тел.: 955-77-90;**  
**Рецепция: 8-911-158-45-48**

Клуб оставляет за собой право вносить изменения и дополнения в расписание и осуществлять замену заявленного в расписании инструктора.

- Силовые классы
- Функциональный тренинг
- Танцевальные классы
- Кардио программы
- Разум и тело
- Коммерческие классы ПЛАТНЫЕ ОТ 400 р

\* ГРУППОВЫЕ УРОКИ ПРОВОДЯТСЯ ОТ ДВУХ И БОЛЕЕ ЧЕЛОВЕК