



Расписание групповых программ WeGym Звёздный с 04-10.09

время	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	суббота	воскресенье	время
09:30		Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия		Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия Mind&Body	★ Йога Pro P Антон Евстигнеев Розовый Зал			09:30
10:00			Power Training Настя Демешко Зеленый Зал	Power Training Мариша Козловцева Зеленый Зал	LesMills BodyPump* Катя Медведева	LesMills BodyPump* Мариша Козловцева Зеленый Зал		10:00
	Pilates Pro Мариша Козловцев Студия Mind&Body	Body Jam Алина Ларинина Зеленый Зал						
11:00		Aqua Noodles Света Коваль	Aqua Mix Света Коваль		Aqua Strenght Света Коваль		Aqua Prenatal Катя Глбова	11:00
	Power Ball Мариша Козловцев Зеленый Зал	LesMills BodyPump* Алина Ларинина Зеленый Зал	Latin Dance Настя Студия Mind&Body	Power Ball Мариша Козловцев Зеленый Зал	Oriental Ника Роданс Зеленый Зал	LesMills BodyCombat Марина Лосева Студия Mind&Body	Power Ball Света Сысоева Зеленый Зал	
	LesMills RPM Катя Медведева Студия Сайкл				LesMills RPM Катя Медведева Студия Сайкл	LesMills BodyBalance Мариша Козловцева Зеленый Зал	Basketball 85 мин Саша Универсальный Зал	
12:00	Aqua Start Андрей Зиновьев			Aqua Реабилитация Света Коваль				12:00
	ABS Stretch Катя Медведева Зеленый Зал	LesMills BodyBalance Алина Ларинина Зеленый Зал	Lite Stretch 30 мин Настя Mind&Body	ABS Stretch Мариша Козловцев Зеленый Зал	Lite Stretch 30 мин Ника Роданс Зеленый Зал	Dance Олеся Лосева Зеленый Зал	Pilates Pro Света Сысоева Студия Mind&Body	
12:30			★ Йога Pro P Антон Евстигнеев Розовый Зал				Aqua Tabs Андрей Максимов	12:30
13:00							Power Training Марина Лосева Зеленый Зал	13:00
						ABS Stretch Олеся Лосева Зеленый Зал		
14:00			Aqua Prenatal Катя Глбова				Stretch Марина Лосева Зеленый Зал	14:00
15:00							Здоровая спина P Марина Лосева Студия Сайкл	15:00
							Aqua Start Андрей Зиновьев	
17:00					Prenatal Мариша Козловцева Зеленый Зал			
18:00		Interval Trainine Алина Ларинина Зеленый Зал		Interval Training Марина Лосева Зеленый Зал		Здоровая спина Мариша Козловцева Зеленый	Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия	18:00
	LesMills BodyPump* Алина Ларинина Зеленый Зал				Stretch Олеся Лосева Зеленый зал			
19:00		Pole Dance P Олеся Гмыря Студия Сайкл						19:00
	Aqua Реабилитация Света Коваль		Aqua Mix Андрей Максимов		Aqua Running Андрей Максимов			
	Lady's Dance Алина Ларинина Розовый Зал	Power Ball Алина Ларинина Зеленый Зал		Power Training Настя Демешко Зеленый Зал	Functional Training Мариша Козловцева Зеленый Зал			
20:00	LesMills BodyCombat Марина Лосева Студия Mind&Body	Dance Антонио, Студия Mind&Body		Body Ballet Олеся Гмыря Розовый Зал		LesMills RPM Марина Лосева Студия Сайкл		20:00
	Aqua Tabs Андрей Максимов	Pole Dance P Олеся Гмыря Студия Сайкл	Pilates Ника Роданс Студия Mind&Body					
21:00	Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия		Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия	Interval Training Настя Демешко Зеленый Зал			★ Йога Pro P Антон Евстигнеев Студия	21:00
	ABS Stretch Алина Ларинина Зеленый Зал	Power Training Алина Ларинина Зеленый Зал	LesMills RPM Катя Медведева Студия Сайкл	Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия Mind&Body	LesMills BodyPump* Марина Лосева Зеленый Зал			
	Swimming Андрей Максимов		Football mini 85 мин Даша Колесникова Универсальный Зал					
	Volleyball 85 мин Даша Колесникова Универсальный Зал	Йога 85 мин Антон Евстигнеев Студия	Swimming Максим	Volleyball 85 мин Даша Колесникова Универсальный Зал				
Fat Burn P Марина Лосева Розовый Зал		Fat Burn P Марина Лосева Розовый Зал	★ Pole Dance P Олеся Гмыря Студия Сайкл		Dance Настя Демешко Студия Mind&Body			
Boxing Анатолий Прякин Студия Единоборств	Muay Thai Иван Храмов Студия Единоборств	Muay Thai Анатолий Прякин Студия Единоборств	Muay Thai Иван Храмов Студия Единоборств					
21:00	LesMills BodyBalance Алина Ларинина Зеленый Зал	Pilates Алина Ларинина Зеленый Зал	LesMills BodyBalance Ника Роданс Зеленый Зал	Pilates Настя Демешко Зеленый Зал		Stretch Настя Демешко Студия Mind&Body		
	Boxing P Анатолий Прякин Студия Единоборств		Boxing P Анатолий Прякин Студия Единоборств			Boxing P Анатолий Прякин Студия Единоборств		

Аэробные классы с силовой частью
Танцевальные классы
Класс смешанного формата

Силовые классы
Аэробные классы
Студия Единоборств
Универсальный зал

"Разум и Тело"
Стретчинг
Функциональный тренинг

P - платная студия
* - Количество мест ограничено
★ - новые уроки