



Расписание групповых программ WeGym Звёздный с 11-17.09

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

P - платная студия
* - Количество мест ограничено