

ЗАЛ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ

физкультурно-оздоровительного комплекса «Волгомед»

	7.00-8.00	8.00-9.00	9.00-10.00	10.00-11.00	11.00-12.00	12.00-13.00	13.00-14.00	14.00-15.00	15.00-16.00	16.00-17.00	17.00-18.00	18.00-19.00	19.00-20.00	20.00-21.00
понедельник											ЙОГА Салькова Н.Р.	КАЛЛАНЕТИК Пивоварова Е.В.	ПИЛАТЕС Мицулина М.П.	
вторник											БОДИ-ФЛЕКС Подшивалова М.В.	ВОЛЬНАЯ БОРЬБА, РУКОПАШНЫЙ БОЙ Третьяков Р.И.		
среда											СИЛОВАЯ АЭРОБИКА Медведева Т.Г.	СИЛОВАЯ АЭРОБИКА Медведева Т.Г.	BOSU, FITBALL аэробика Мицулина М.П.	
четверг											ЙОГА Салькова Н.Р.	КАЛЛАНЕТИК Пивоварова Е.В.	ПИЛАТЕС Мицулина М.П.	
пятница											БОДИ-ФЛЕКС Подшивалова М.В.	СИЛОВАЯ АЭРОБИКА Медведева Т.Г.	СИЛОВАЯ АЭРОБИКА Медведева Т.Г.	
суббота			ПРОФИЛАКТИКА								BOSU, FITBALL аэробика Мицулина М.П.	ВОЛЬНАЯ БОРЬБА, РУКОПАШНЫЙ БОЙ Третьяков Р.И.		