

Розклад групових занять "ОЛІМПІЙСЬКИЙ СТИЛЬ "

Телефон для довідок: (066) 547-11-26 www.olympicstyle.com.ua

	Понеділок	Вівторок	Середа	Четвер	П'ятниця	Субота	Неділя
8.30	АВТ Жижжун К. (зал №2)		АВТ Жижжун К. (зал №2)		АВТ Жижжун К. (зал №2)		
9.15	Stretching Жижжун К.(зал №2)		Stretching Жижжун К. (зал №2)		Stretching Жижжун К. (зал №2)		
10.00		Pilates Фролова Л. (зал №2)		Pilates Фролова Л. (зал №2)		Функціональний тренінг Плиска А	
11.00		Pilates для вагітних Фролова Л. (зал №2)		Pilates для вагітних Фролова Л. (зал №2)			
15.00							Ортопедична гімнастика Іщенко О. (зал №4)
16.00	Ортопедична гімнастика Іщенко О. (зал №4)				Ортопедична гімнастика Іщенко О. (зал №4)		
18.00	Тхеквондо Кучерявий О. (зал №1)		Тхеквондо Кучерявий О. (зал №1)		Тхеквондо Кучерявий О. (зал №1)		
18.30	Pilates Фролова Л. (зал №2)	Хатха-йога Сімха (Зал №2)	Pilates Фролова Л. (зал №2)	Хатха-йога Сімха (Зал №2)	Pilates Фролова Л. (зал №2)		
	Spinbike Гончар О.		Spinbike Гончар О.		Spinbike Гончар О.		
19.00			Ортопедична йога Іщенко О. (зал №4)				
19.30	TRX Гончар О. (зал № 2)	Zumba Федченко С. (зал №3)	TRX Гончар О. (зал № 2)	Zumba Федченко С. (зал №3)	TRX Гончар О. (зал № 2)		
	Uper body Недужко А. (зал №3)		Low body Недужко А. (зал №3)		Body sculpt Недужко А. (зал №3)		
20.15	Stretching Недужко А. (зал №3)	Zumba Федченко С. (зал №3)	Stretching Недужко А. (зал №3)	Zumba Федченко С. (зал №3)	Stretching Недужко А. (зал №3)		
	зал №1 - другий поверх, біля зони spinning		зал №2 - нова зала ментального фітнесу		* - зона функціонального тренінгу		
	зал №3, №3А - зали в корпусі №5 (перехід)		зал №4 - зал в корпусі 8		зал №5 - зал біля тренажерної зали		