**УТРО/ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **время** | **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** | **суббота** |
|  **9-30** | **КАЛЛАНЕТИК** |  |  | **КАЛЛАНЕТИК** |  |  |
|  **10-30** |  **СЛАЙД+ТРХ** |  |  | **СЛАЙД+ТРХ** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  **13-00** | **КРОССФИТ** | **СТРЕТЧИНГ** | **КРОССФИТ** | **АНТИГРАВИТИ-ЙОГА** **В ГАМАКАХ** | **КРОССФИТ** |  |
|  **14-00** |  | **АНТИГРАВИТИ-ЙОГА** **В ГАМАКАХ** |  |  |  | **МИКС-БАТУТ** |

 **ВЕЧЕР**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **время** | **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница**  | **субб** |
|  **18-00** |  |  **КРОССФИТ +**  **тренажеры** |  |  **СЛАЙД+ ТРХ**  |  |  |
|  18-30 | **КАЛЛАНЕТИК** |  | **ЗДОРОВАЯ СПИНА** |  | **КРОССФИТ + тренажеры** |  |
|  19-00 |  | **СЛАЙД + ТРХ** |  | **КРОССФИТ**начальный уровень |   |  |
|  19-30 | **КРОССФИТ** начальный уровень  |  | **АНТИГРАВИТИ-ЙОГА** **В ГАМАКАХ** |  | **СТЕП-ИНТЕРВАЛ** |  |
|  20-00 |  | **СТЕП-ИНТЕРВАЛ** |  | **МИКС-БАТУТ** |  |  |
|  20-30 | **АНТИГРАВИТИ-ЙОГА** **В ГАМАКАХ** |  | **СТРЕТЧИНГ** |  |  |  |
|  21-00 |  | **ЗУМБА-МИКС** |  | **ЗУМБА-МИКС** |  |  |