



Тел. 095 341 21 12

С 11.10.2018

# Расписание фитнес занятий

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
<b>Зал № 1</b>						
<b>9.00 - 9.55</b>	<b>9.00 - 9.55</b>	<b>9.00 - 9.55</b>	<b>9.00 - 9.55</b>	<b>9.00 - 9.55</b>		
Степ + Силовая Анастюк Светлана	Total Body Ерошенко Диана	Body sculpt Анастюк Светлана	Total Body Ерошенко Диана	Tabata-class Анастюк Светлана		
<b>10.10 - 11.05</b>		<b>10.10 - 11.05</b>		<b>10.10 - 11.05</b>	<b>10.30 - 11.25</b>	<b>11.00 - 11.55</b>
KANGOO JUMPS Строган Даша		KANGOO JUMPS Строган Даша		KANGOO JUMPS Строган Даша	Хатха-йога Кобылянская Вика	Стретчинг Литвиненко Катя
<b>12.00 - 12.55</b>	<b>12.00 - 12.55</b>	<b>12.00 - 12.55</b>	<b>12.00 - 12.55</b>	<b>12.30 - 13.25</b>	<b>12.00 - 12.55</b>	
BodyRock Ерошенко Диана	Body sculpt + Port De bras 5 Зорина Наталья	BodyRock Ерошенко Диана	Fitt Ball Active + Port De bras 5 Зорина Наталья	Tabata-class Ерошенко Диана	Sculpt Кобылянская Вика	
<b>13.00 - 13.55</b>	<b>13.00 - 13.55</b>	<b>13.00 - 13.55</b>	<b>13.00 - 13.55</b>	<b>13.30 - 14.25</b>	<b>13.00-13.55</b>	
PortDeBras Ерошенко Диана	Пилатес Ball Зорина Наталья	Пилатес Fit Ball Ерошенко Диана	Пилатес Ball Зорина Наталья	Пилатес Mix Ерошенко Диана	90 - 60 - 90 Бартенева Мария	
<b>16.00 — 16.55</b>		<b>16.00 — 16.55</b>		<b>16.00 — 16.55</b>	<b>14.00 - 14.55</b>	
Functional Power Соенко Валерия		STEP DANCE Соенко Валерия		BODY Workout + Стретчинг Соенко Валерия	Стретчинг Бартенева Мария	
<b>17.45 - 18.40</b>	<b>17.30 - 18.25</b>	<b>17.45 - 18.40</b>	<b>17.30 - 18.25</b>	<b>17.45 - 18.40</b>		
STEP DANCE Саенко Валерия	Хатха-йога Кобылянская Вика	TABATA Саенко Валерия	Хатха-йога Кобылянская Вика	BODY Workout + Стретчинг Саенко Валерия		
<b>18.45 - 19.40</b>	<b>18.30 - 19.25</b>	<b>18.45 - 19.40</b>	<b>18.30 - 19.25</b>	<b>18.45 - 19.40</b>		
Functional Power Саенко Валерия	Sculpt Кобылянская Вика	STEP DANCE Саенко Валерия	Sculpt Кобылянская Вика	BODY Workout + Стретчинг Саенко Валерия		

<b>Зал № 2</b>						
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб	Вск
<b>13.00 - 13.55</b>		<b>13.00 - 13.55</b>		<b>13.00 - 13.55</b>	<b>10.30 — 11.25</b>	
Pole Exotic Литвиненко Катя		Pole Exotic Литвиненко Катя		Pole Exotic Литвиненко Катя	Pole Sport Junior Ерошенко Диана с 1 октября	
	<b>16.00 — 16.55</b>		<b>16.00 — 16.55</b>			
	Pole Sport KIDS Ерошенко Диана		Pole Sport KIDS Ерошенко Диана			
<b>16.30 — 17.55</b>	<b>17.15 — 18.10</b>	<b>16.30 — 17.55</b>	<b>17.15 — 18.10</b>	<b>16.30 — 17.55</b>		
Pole Sport KIDS Литвиненко Катя	<b>BABY DANCE</b> (4 — 6 лет ) Дрёмова Катя	Pole Dance KIDS Литвиненко Катя	<b>BABY DANCE</b> (4 — 6 лет ) Дрёмова Катя	Pole Dance KIDS Литвиненко Катя		
<b>18.15 — 19.10</b>		<b>18.15 — 19.10</b>		<b>18.15 — 19.10</b>		
Стретч + Pilates Литвиненко Катя		Стретч + Pilates Литвиненко Катя		Стретч + Pilates Литвиненко Катя		



**Абонемент на фитнес приобретается на занятия  
ФК Доминант оставляет за собой право замены инструктора или расписания**



Тел. 095 341 21 12

С 11. 10. 2018

# Расписание фитнес занятий

Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб
<b>Зал № 3</b>					
	8.00 - 8.55		8.00 - 8.55		
	Хатха-йога		Хатха-йога		
	Яковенко Татьяна		Яковенко Татьяна		
<b>8.30 - 9.55</b>	<b>9.00 - 9.55</b>	<b>8.30 - 9.55</b>	<b>9.00 - 9.55</b>	<b>8.30 - 9.55</b>	<b>10.10 — 11.05</b>
Йога Вахрушева Ольга	Стрип - Пластика Минюкова Елена	Йога Вахрушева Ольга	Стрип - Пластика Минюкова Елена	Йога Вахрушева Ольга	<b>KANGOO JUMPS</b> Строган Даша
	<b>10.10 - 11.05</b>		<b>10.10 - 11.05</b>		<b>11.10 - 12.05</b>
	<b>SKY JUMPING</b> Строган Даша		<b>SKY JUMPING</b> Строган Даша		<b>SKY JUMPING</b> Строган Даша
	<b>16.00 — 17.00</b>		<b>16.00 — 17.00</b>		
	<b>STREET DANCE (7 — 9 лет)</b> Мироненко Инна		<b>STREET DANCE (7 — 9 лет)</b> Мироненко Инна		
<b>17.15 - 18.10</b>	<b>17.00 - 17.55</b>	<b>17.15 - 18.10</b>	<b>17.00 - 17.55</b>	<b>17.15 — 18.10</b>	<b>16.00 — 17.00</b>
Хатха - Йога Кобылянская Вика	<b>SKY JUMPING</b> Строган Даша	Хатха - Йога Кобылянская Вика	<b>SKY JUMPING</b> Строган Даша	Хатха - Йога Кобылянская Вика	<b>STREET DANCE (7 лет и старше)</b> танц.практики Мироненко Инна
<b>18.30 - 19.25</b>	<b>18.00 — 19.00</b>	<b>18.30 - 19.25</b>	<b>18.00 — 19.00</b>	<b>18.30 - 19.25</b>	
Пресс-попа-ноги Бартенева Мария	<b>STREET DANCE (13 лет и старше)</b> Мироненко Инна	Пресс-попа-ноги Бартенева Мария	<b>STREET DANCE (13 лет и старше)</b> Мироненко Инна	Стройные ножки + пресс Бартенева Мария	
<b>19.30 - 20.25</b>	<b>19.05 - 20.00</b>	<b>19.30 - 20.25</b>	<b>19.05 - 20.00</b>	<b>19.30 - 20.25</b>	
<b>KANGOO JUMPS</b> Строган Даша	<b>KANGOO JUMPS</b> Строган Даша	<b>KANGOO JUMPS</b> Строган Даша	<b>KANGOO JUMPS</b> Строган Даша	<b>KANGOO JUMPS</b> Строган Даша	
<b>Зал № 4</b>					
Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	Сб
		10.00 — 10.55			
		<b>Стретчинг</b> Анастюк Светлана			
<b>18.15 - 19.10</b>		<b>18.15 - 19.10</b>		<b>18.15 - 19.10</b>	
Йога Вахрушева Ольга	Йога Вахрушева Ольга		Йога Вахрушева Ольга		



**Абонемент на фитнес приобретается на занятие.**

**ФК Доминант оставляет за собой право замены инструктора или расписания**

