

Расписание групповых программ «Аксион Wellness» С 03-09 Января 2022 года

Время	Зал	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9:00	Зал йоги	Йога Ильина Наталья		Йога Ильина Наталья				
10:00	Большой зал	ZUMBA ® Диана Гудовских		STEP-Legs Диана Гудовских				
	Малый зал							
	Зал йоги		КАЛЛАНЕТИКА Вера Петрова	ЙОГА АЕНГАРА Шубина Луиза	PILATES Ирина Иванова	КАЛЛАНЕТИКА Анна Смирнова	Йога Ильина Наталья	
11:00	Большой зал		STRONG Nation™ Диана Гудовских		BODY TRAINING Наталья Королева	STRONG Nation™ Мария Легошина	STEP-Press Королева Наталья	
	Малый зал			ТАНЕЦ ЖИВОТА Наталья Королева				
	Зал йоги	STRETCH Диана Гудовских						
12:00	Большой зал							
	Малый зал						ТАНЕЦ ЖИВОТА Наталья Королева	
	Зал йоги		STRETCH Диана Гудовских	STRETCH Наталья Королева	STRETCH Наталья Королева	МФР+ STRETCH Мария Легошина		
14:00	Большой зал							TOTAL BODY Мария Легошина
	Зал йоги							
15:00	Малый зал	STRONG Nation™ Мария Легошина		UPPER BODY Мария Легошина				
	Зал йоги							МФР+ STRETCH Мария Легошина
16:00	Большой зал							
	Малый зал				ТАБАТА Мария Легошина			
	Зал йоги	МФР+ STRETCH Мария Легошина		МФР+ STRETCH Мария Легошина				
17:00	Большой зал		BODY LOW Мария Легошина		ZUMBA ® Диана Гудовских			
	Малый зал	HEALTH&BEAUTY \$ Мария Легошина		HEALTH&BEAUTY \$ Мария Легошина				
	Зал йоги		Йога +Гамак Ильина Наталья					
	Зал мини-групп							
18:00	Большой зал							
	Малый зал							
	Зал йоги		Йога Ильина Наталья					
	Зал мини-групп							

	Платные тренировки по клиповым картам
	Wellness тренировки
	Программы для начального и среднего уровня подготовленности
	Программа для продвинутых
	Программы для детей

\$\$ Мини-группы за дополнительную плату \$ Занятия по клиповым картам