

Расписание групповых программ фитнес-клуба «Акссион» на июль 2026 года

| Время | Зал | Понедельник | Вторник | Среда | Четверг | Пятница | Суббота | Воскресенье |
|-------|----------------|---|--|---|---|---|---|---|
| 07:00 | Зал йоги | ЙОГА Татьяна Иваничкина | | СТРЕТЧИНГ Татьяна Иваничкина | | ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК + МФР Татьяна Иваничкина | | |
| | Малый зал | | | | | | | |
| 08:00 | Зал йоги | | | | | | | |
| | Большой зал | ФУНКЦИОНАЛ Татьяна Иваничкина | | | | СИЛА Татьяна Иваничкина | | |
| 09:00 | Малый зал | | | | | | | |
| | Зал йоги | | | ПИЛАТЕС Светлана Рассомахина | | | | |
| 10:00 | Большой зал | СИЛА Диана Гудовских | | КОР Марина Калитова | | ZUMBA @ Диана Гудовских | СИЛОВАЯ VoD™ Наталья Королева | ЯГОДИЦЫ+ ПРЕСС Татьяна Иваничкина |
| | Малый зал | | СИЛА Екатерина Пименова | | ИНТЕРВАЛ Екатерина Пименова | | | |
| | Зал йоги | СТРЕТЧИНГ VoD™ Светлана Рассомахина | ПИЛАТЕС Светлана Рассомахина | | ПИЛАТЕС + Светлана Рассомахина | СТРЕТЧИНГ VoD™ Светлана Рассомахина | | |
| 11:00 | Большой зал | | | | КРУГОВАЯ Диана Гудовских | РАУНД VoD™ Светлана Рассомахина | | |
| | Малый зал | АЭРОБИКА Наталья Королева | КРУГОВАЯ Екатерина Пименова | ТАНЕЦ ЖИВОТА Наталья Королева | | | ТАНЕЦ ЖИВОТА Наталья Королева | |
| | Зал йоги | | | НЕЙРОГИМНАСТИКА Марина Калитова | | ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК Татьяна Феклистова | СТРЕТЧИНГ Марина Калитова | СТРЕТЧИНГ Татьяна Иваничкина |
| 12:00 | Большой зал | | | | | | | |
| | Малый зал | | | | | | ФИТНЕС МАМА S Наталья Королева | |
| | Зал йоги | ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ Татьяна Феклистова | ДИНАМИЧЕСКИЙ СТРЕТЧИНГ Диана Гудовских | МФР+СТРЕТЧИНГ Наталья Королева | СТРЕТЧИНГ Диана Гудовских | МНОФАСИАЛЬНЫЙ РЕЛИЗ Татьяна Феклистова | НЕЙРОГИМНАСТИКА Марина Калитова | |
| 13:00 | Зал йоги | | ПИЛАТЕС S Светлана Портнова | | ПИЛАТЕС S Светлана Портнова | СТРЕТЧИНГ S Светлана Рассомахина | | |
| | Малый зал | | | | | | | |
| 14:00 | Большой зал | | | | | | | |
| | Зал йоги | | | ФИТНЕС МАМА S Наталья Королева | | | | |
| 15:00 | Большой зал | | | | | | | |
| | Зал йоги | | | | | | | |
| 16:00 | Большой зал | | | | | | | |
| | Малый зал | | | | | | | |
| | Зал йоги | | ПИЛАТЕС S Ирина Иванова | | ПИЛАТЕС S Ирина Иванова | | | |
| 17:00 | Большой зал | СИЛОВАЯ VoD™ Наталья Королева | СПИНА+ПРЕСС Татьяна Иваничкина | КРУГОВАЯ Светлана Портнова | | СИЛА Татьяна Иваничкина | | |
| | Малый зал | | | | АЭРОБИКА Наталья Королева | | | |
| | Зал йоги | | ПИЛАТЕС S Ирина Иванова | | ПИЛАТЕС S Ирина Иванова | | | |
| | Зал мини-групп | | | | | | | |
| 18:00 | Большой зал | СИЛА Екатерина Пименова | КОР Диана Гудовских | СИЛА Екатерина Пименова | СИЛА Диана Гудовских | КРУГОВАЯ Татьяна Иваничкина | | |
| | Малый зал | | ТАНЕЦ ЖИВОТА Наталья Королева | | АКСИОНА S Наталья Королева | | | |
| | Зал йоги | ЙОГА Арсений Гладких | СТРЕТЧИНГ VoD™ Светлана Портнова | ЙОГА Арсений Гладких | ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК Татьяна Феклистова | ZUMBA @ Диана Гудовских | | |
| | Зал мини-групп | АКСИОНА S Наталья Королева | | | | | | |
| 19:00 | Большой зал | СТЕП 1 Светлана Портнова | ZUMBA @ Диана Гудовских | ** СТЕП 2 Диана Гудовских | ** STRONG NATION™ Диана Гудовских | | | |
| | Зал йоги | | МФР+СТРЕТЧИНГ Наталья Королева | ПИЛАТЕС Светлана Портнова | МНОФАСИАЛЬНЫЙ РЕЛИЗ Татьяна Феклистова | | | |
| | Малый зал | РАУНД VoD™ Наталья Королева | | | | СТРЕТЧИНГ Наталья Королева | | |
| | Зал мини-групп | | | | | | | |
| 20:00 | Малый зал | | | | | | | |
| | Зал йоги | | | | | | | |

- Платные тренировки по клиповым картам
- Оздоровительные тренировки
- Программы для начального и среднего уровня подготовки
- Программы для продвинутого уровня подготовки
- Танцевальные форматы
- Программы для детей