

Расписание групповых программ фитнес-клуба «Аксион» на ноябрь 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		
08:00	Малый зал							
	Зал йоги							
09:00	Большой зал	ФУНКЦИОНАЛ Татьяна Иваничкина				СИЛА Татьяна Иваничкина		
	Малый зал						РУССКИЕ НАРОДНЫЕ Анастасия Королева	РУССКИЕ НАРОДНЫЕ Анастасия Королева
	Зал йоги			ПИЛАТЕС Светлана Рассомахина			ХАТХА- ЙОГА. ПРОДВИНУТЫЙ УРОВЕНЬ(1,5ч.) \$ Гладких Арсений	
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	САМОМАССАЖ, ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПРАКТИКИ Татьяна Феклистова		НЕЙРОГИМНАСТИКА Марина Калитова		ЗДОРОВЫЙ ПОЗВОНОЧНИК Татьяна Феклистова	СТРЕТЧИНГ Марина Калитова	СТРЕТЧИНГ Татьяна Иваничкина
12:00	Большой зал							
	Малый зал						ФИТНЕС МАМА \$ Наталья Королева	
	Зал йоги	ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ Татьяна Феклистова	ДИНАМИЧЕСКИЙ СТРЕТЧИНГ Диана Гудовских	МФР+СТРЕТЧИНГ Наталья Королева	СТРЕТЧИНГ Диана Гудовских	МНОФАСЦИАЛЬНЫЙ РЕЛИЗ Татьяна Феклистова	НЕЙРОГИМНАСТИКА Марина Калитова	
13:00	Зал йоги		ПИЛАТЕС \$ Светлана Портнова		ПИЛАТЕС \$ Светлана Портнова	СТРЕТЧИНГ \$ Светлана Рассомахина		
	Малый зал							
14:00	Большой зал							** STRONG NATION™ Светлана Портнова
	Зал йоги			ФИТНЕС МАМА \$ Наталья Королева				
15:00	Большой зал							
	Зал йоги							СТРЕТЧИНГ Светлана Портнова
16:00	Большой зал							
	Малый зал							
	Зал йоги		ПИЛАТЕС \$ Ирина Иванова		ПИЛАТЕС \$ Ирина Иванова			
17:00	Большой зал	СИЛОВАЯ VoD™ Наталья Королева	СПИНА+ПРЕСС Татьяна Иваничкина	КРУГОВАЯ Светлана Портнова		СИЛА Татьяна Иваничкина		
	Малый зал	ДЭНС МИКС Дмитрий Пермяков	ЛАТИНА Анастасия Королева	ДЭНС МИКС Дмитрий Пермяков	АЭРОБИКА Наталья Королева	ЛАТИНА Анастасия Королева		
	Зал йоги		ПИЛАТЕС \$ Ирина Иванова		ПИЛАТЕС \$ 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 \$ 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 \$ Наталья Королева						
19:00	Большой зал	СТЕП 1 Светлана Портнова	ZUMBA ® Диана Гудовских	** СТЕП 2 Диана Гудовских	** STRONG NATION™ Диана Гудовских			
	Зал йоги	ШПАГАТ \$ Диана Гудовских	МФР+СТРЕТЧИНГ Наталья Королева	ПИЛАТЕС Светлана Портнова	МНОФАСЦИАЛЬНЫЙ РЕЛИЗ Татьяна Феклистова	ШПАГАТ \$ Диана Гудовских	Платные тренировки по клиповым картам Оздоровительные тренировки Программы для начального и среднего уровня подготовки Программы для продвинутого уровня подготовки Танцевальные форматы Программы для детей	
	Малый зал	РАУНД VoD™ Наталья Королева				СТРЕТЧИНГ Наталья Королева		
	Зал мини-групп							
20:00	Малый зал							
	Зал йоги							

\$ - Занятия по клиповым картам за доп.плату, ** - тренировки для подготовленных клиентов.