



РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ НА НОЯБРЬ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА		ВОСКРЕСЕНЬЕ	
09:00 ЗАЛ №2	ЗДОРОВАЯ СПИНА шейно-грудной отд ИРИНА Иичикова	09:00 ЗАЛ №2	АЭРОБИКА 1 АЛСУ Кортелева	09:00 ЗАЛ №3	MT КРИСТИНА Бабушкина	09:00 ЗАЛ №2	PILATES DANCE ИРИНА Иичикова	09:00 ЗАЛ №2	АЭРОБИКА 1 АЛСУ Кортелева	09:15 ЗАЛ №3	YOGA (120) ВИТАЛИЙ Казанжи	11:00 ЗАЛ №3	MT АНАСТАСИЯ Невзорова
09:00 ЗАЛ №3	UPPER BODY АНАСТАСИЯ Невзорова	10:00 ЗАЛ №2	ФИТНЕС-ЙОГА АЛСУ Кортелева	09:00 ЗАЛ №2	СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА АЛСУ Кортелева	10:00 ЗАЛ №2	СОМАТИКА ИРИНА Иичикова	09:00 ЗАЛ №3	ЗДОРОВАЯ СПИНА ОЛЕГ Маврин	10:00 ТРЕН. ЗАЛ	СИЛУЭТ ЕВГЕНИЙ Серезенко	12:00 ЗАЛ №3	STRETHING АНАСТАСИЯ Невзорова
10:00 ЗАЛ №2	ЗДОРОВАЯ СПИНА пояснично-кресц.отд ИРИНА Иичикова	19:00 ЗАЛ №2	ЗДОРОВАЯ СПИНА ОЛЕГ Маврин	10:00 ЗАЛ №2	PILATES 2 АЛСУ Кортелева	18:00 ЗАЛ №3	ФИТНЕС-ГИМНАСТИКА АНАСТАСИЯ Невзорова	10:00 ЗАЛ №2	STRETHING АЛСУ Кортелева	11:00 ЗАЛ №4	ZUMBA КРИСТИНА Бабушкина		
10:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР1 ДМИТРИЙ Романов	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	СИЛУЭТ ЕВГЕНИЙ Серезенко	10:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 1 ДМИТРИЙ Романов	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	СИЛУЭТ ЕВГЕНИЙ Серезенко	10:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 1 ДМИТРИЙ Романов	11:00 ЗАЛ №2	АДАПТИВНАЯ ГИМНАСТИКА СЕРГЕЙ Кабанов		
18:00 ЗАЛ №2	PILATES 2 АЛСУ Кортелева	19:00 ЗАЛ №3	ZUMBA КРИСТИНА Бабушкина	18:00 ЗАЛ №2	PILATES 1 АЛСУ Кортелева	19:00 ЗАЛ №2	ЛАТИНА КРИСТИНА Бабушкина	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 2 ДМИТРИЙ Романов	12:00 ЗАЛ №4	ABL КРИСТИНА Бабушкина		
19:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР2 ДМИТРИЙ Романов	20:00 ЗАЛ №3	СТЕР 1 КРИСТИНА Бабушкина	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 2 ДМИТРИЙ Романов	19:15 ЗАЛ №3	YOGA(120) АННА Казанжи	19:00 ЗАЛ №3	MT АНАСТАСИЯ Невзорова	12:00 ТРЕН. ЗАЛ	СОВМЕСТНАЯ ТРЕНИРОВКА ЕВГЕНИЙ Серезенко		
19:15 ЗАЛ №3	YOGA(120) ВИТАЛИЙ Казанжи			19:00 ЗАЛ №3	INTERVAL АНАСТАСИЯ Невзорова	20:00 ЗАЛ №2	UPPER BODY КРИСТИНА Бабушкина	20:00 ЗАЛ №3	STEP 2 АНАСТАСИЯ Невзорова				
19:00 ЗАЛ №4	ABL АНАСТАСИЯ Невзорова			20:00 ЗАЛ №4	STRETCHING АНАСТАСИЯ Невзорова								
20:00 ЗАЛ №4	ABS+Streth АНАСТАСИЯ Невзорова												

ФК "FitnessBoom"
MYFITNESSBOOM.RU
443125 г. Самара, ул.Ново-Садовая 353Б
Телефон: 8 (846) 972-49-09



РАСПИСАНИЕ ДЕТСКИХ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ НА НОЯБРЬ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА		ВОСКРЕСЕНЬЕ	
15:30 ЗАЛ №3	КАПОЭЙРА (6-8ЛЕТ) АЛИНА	17:00 ЗАЛ №3	БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ (4-5ЛЕТ) ЯНА РУССУ	15:30 ЗАЛ №3	КАПОЭЙРА (6-8ЛЕТ) АЛИНА	17:00 ЗАЛ №4	ТХЭКВОНДО ВЛАДИМИР Лукьянов	18:00 ЗАЛ №3	РАСТЯЖКА АНАСТАСИЯ Невзорова	13:00 ЗАЛ №4	БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ (4-5ЛЕТ) ЯНА РУССУ		
16:00 ЗАЛ №4	БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ (6-8ЛЕТ) ЯНА РУССУ	17:00 ЗАЛ №4	ТХЭКВОНДО(90) ВЛАДИМИР Лукьянов	16:30 ЗАЛ №3	КАПОЭЙРА (9-12ЛЕТ)(90) АЛИНА	18:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО(4-6 лет) АРМЕН Товмасян			14:00 БАССЕЙН	SWIMMING KIDS JUNIOR ЕКАТЕРИНА Устенко		
16:30 ЗАЛ №3	КАПОЭЙРА(90) (9-12ЛЕТ) АЛИНА	18:00 БАССЕЙН	SWIMMING KIDS JUNIOR УСТЕНКО ЕКАТЕРИНА	18:00 ЗАЛ №3	КАПОЭЙРА (4-5ЛЕТ) АЛИНА	19:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО (начинающие) АРМЕН Товмасян			16:00 ЗАЛ №4	ТХЭКВОНДО(90) ВЛАДИМИР Лукьянов		
18:00 ЗАЛ №3	КАПОЭЙРА (4-5ЛЕТ) АЛИНА	18:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО(4-6 лет) АРМЕН Товмасян	20:00 ЗАЛ №4	КАПОЭЙРА (ОТ 13ЛЕТ)(90) АЛИНА	20:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО(7-12 лет) АРМЕН Товмасян			16:00 ЗАЛ №3	БАЛЬНЫЕ ТАНЦЫ (6-8ЛЕТ) ЯНА РУССУ		
20:00 ЗАЛ №2	КАПОЭЙРА (ОТ 13ЛЕТ) (90) АЛИНА	19:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО (начинающие) АРМЕН Товмасян							17:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО(4-6 лет) АРМЕН Товмасян		
		20:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО(7-12 лет) АРМЕН Товмасян							18:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО (начинающие) АРМЕН Товмасян		
										19:00 ЗАЛ №4	ДЗЮДО(7-12 лет) АРМЕН Товмасян		

Футбол Кирилл - 8(937) 210-11-23

Бальные Танцы Яна - 8(987) 431-81-61

Капоэйра Алина - 8(906) 346-90-30

Дзюдо и Тхэквандо Клуб Fitnessboom - 8(846)972-49-09

SWIMMING KIDS - 6-9 ЛЕТ
SWIMMING JUNIOR- 10-14 ЛЕТ

ФК "FitnessBoom"
MYFITNESSBOOM.RU
443125 г. Самара, ул.Ново-Садовая 353Б
Телефон: 8 (846) 972-49-09



АКВА-ЗОНА РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ НА НОЯБРЬ

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА		ВОСКРЕСЕНЬЕ	
10:00 БАСЕЙН	AQUA ALL Ольга Костычева	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	10:00 БАСЕЙН	AQUA INTERVAL Ольга Костычева	10:15 БАСЕЙН	AQUA-INTRO МАКСИМ	14:00 БАСЕЙН	SWIMMING KIDS JUNIOR КАТЯ Устенко		
14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	18:00 БАСЕЙН	SWIMMING KIDS, JUNIOR КАТЯ Устенко	19:00 БАСЕЙН	AQUA ALL КАТЯ Устенко	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС				
		19:00 БАСЕЙН	AQUA INTERVAL КАТЯ Устенко					19:00 БАСЕЙН	AQUA ALL КАТЯ Устенко				

* Занятие проводится по предварительной записи

SWIMMING KIDS - 6-9 ЛЕТ
SWIMMING JUNIOR- 10-14 ЛЕТ

ФК "FitnessBoom"
MYFITNESSBOOM.RU
443125 г. Самара, ул.Ново-Садовая 353Б
Телефон: 8 (846) 972-49-09