



# РАСПИСАНИЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ НА ОКТЯБРЬ

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	10:00 ТРЕН. ЗАЛ	СИЛУЭТ ЕВГЕНИЙ Сереженко	11:00 ЗАЛ №3	MT АНАСТАСИЯ Невзорова
10:00 ЗАЛ №2	ЗДОРОВАЯ СПИНА пояснично-кресц.отд ИРИНА Иичикова	10:00 ЗАЛ №2	ФИТНЕС-ЙОГА АЛСУ Кортелева	09:00 ЗАЛ №2	СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА АЛСУ Кортелева	10:00 ЗАЛ №2	СОМАТИКА ИРИНА Иичикова	10:00 ЗАЛ №2	STRETHING АЛСУ Кортелева	10:00 ЗАЛ №4	KANGOO JUMPS ОЛЯ Костычева	12:00 ЗАЛ №3	STRETHING АНАСТАСИЯ Невзорова
10:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР1 ДМИТРИЙ Романов	19:00 ЗАЛ №2	ЗДОРОВАЯ СПИНА ОЛЕГ Маврин	10:00 ЗАЛ №2	PILATES 2 АЛСУ Кортелева	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	СИЛУЭТ ЕВГЕНИЙ Сереженко	10:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 1 ДМИТРИЙ Романов	11:00 ЗАЛ №3	ZUMBA КРИСТИНА Бабушкина		
18:00 ЗАЛ №2	PILATES 2 АЛСУ Кортелева	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	СИЛУЭТ ЕВГЕНИЙ Сереженко	10:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 1 ДМИТРИЙ Романов	19:00 ЗАЛ №2	ЛАТИНА КРИСТИНА Бабушкина	18:00 ЗАЛ №2	ФИТНЕС-ЙОГА АЛСУ Кортелева	11:00 ЗАЛ №2	АДАПТИВНАЯ ГИМНАСТИКА СЕРГЕЙ Кабанов		
18:00 ЗАЛ №4	KANGOO JUMPS ОЛЯ Костычева	19:00 ЗАЛ №3	ZUMBA КРИСТИНА Бабушкина	18:00 ЗАЛ №2	PILATES 1 АЛСУ Кортелева	19:15 ЗАЛ №3	YOGA(120) АННА Казанжи	19:00 ТРЕН. ЗАЛ	ТРАНСФОРМАТОР 2 ДМИТРИЙ Романов	12:00 ЗАЛ №3	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	20:00 ЗАЛ №2	UPPER BODY КРИСТИНА Бабушкина	19:00 ЗАЛ №3	MT АНАСТАСИЯ Невзорова				
19:15 ЗАЛ №3	YOGA(120) ВИТАЛИЙ Казанжи	20:00 ЗАЛ №2	STRIP ОЛЬГА Костычева	19:00 ЗАЛ №3	INTERVAL АНАСТАСИЯ Невзорова			20:00 ЗАЛ №3	STEP + PRESS АНАСТАСИЯ Невзорова				
19:00 ЗАЛ №4	ABL АНАСТАСИЯ Невзорова			20:00 ЗАЛ №3	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 ОКТЯБРЬ

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

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА		СУББОТА		ВОСКРЕСЕНЬЕ	
10:15 БАСЕЙН	AQUA ALL ОЛЬГА Костычева	10:30 БАСЕЙН	AQUA МАМА* КАТЯ Устенко	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	10:15 БАСЕЙН	AQUA INTERVAL ОЛЬГА Костычева	10:15 БАСЕЙН	AQUA-INTRO МАКСИМ	13:00 БАСЕЙН	SWIMMING KIDS		
14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	18:00 БАСЕЙН	SWIMMING JUNIOR	14:00 БАСЕЙН	САНИТАРНЫЙ ЧАС	13:00 БАСЕЙН	AQUA МАМА* ОЛЬГА Костычева	14:00 БАСЕЙН	SWIMMING JUNIOR		
		18:00 БАСЕЙН	SWIMMING KIDS	19:00 БАСЕЙН	AQUA ALL КАТЯ Устенко			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