




Расписание групповых уроков Детского центра с 13 до 15 лет

с 11 февраля по 17 февраля

| Время | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | Время | суббота | воскресенье |
|-------|------------------------------------|--|--------------------------------------|--|------------------------------------|---|--------------------------|-------------------|
| 9:30 | | | | CYCLE BASIC 45' ✓ | | 10:00 | | |
| 10:00 | Latino 55' ✓ № 3 | | | Functional 55' ✓ №1 | | | | |
| 11:00 | | | | | | 11:00 | | |
| 12:00 | | | Tab+Flex ✓ №1 | AeroDance ✓ №1 | | 12:00 | | |
| 13:00 | | | Latino 55' ✓ № 1 | | | 13:00 | Strong Spine 45' № 3 | |
| 14:00 | | | | | | 14:00 | Yoga 45' балкон (№ 5) | Bosu 45' №4 |
| 15:00 | | | | | | | Dance Mix ✓ № 3 | |
| 16:00 | | | | | | 15:00 | Аватары 40' ББ | Аватары 40' ББ |
| 17:00 | Functional 45' № 2 | | TAEKWON-DO 55' P смеш Дмитрий ЗВЕ | Functional 45' № 2 | Dance 45' № 2 | | | |
| 17:30 | | | Pilates 55' P Ира Г. № 3 | | |  <p style="font-size: 1.2em; font-weight: bold; margin-top: 20px;">Pilates - урок для подростков. Оздоровление позвоночника, восстановление естественных изгибов позвоночника. Данную секцию можно посещать без покупки клубной карты* *Подробности у сервис-консультантов и по тел. 8-495-981-42-42</p> | | |
| 17:45 | | Strong Spine 45' № 3 | Yoga 45' Балкон (№ 5) | | | | | |
| 18:00 | Бокс 55' P Тигран Ринг | | Бокс 55' P Тигран Ринг | | TAEKWON-DO 55' P ст Дмитрий ЗВЕ | | | |
| | | Спортивная гимнастика 55' P Настя ЗВЕ | | Спортивная гимнастика 55' P Настя ЗВЕ | | | | |
| 18:30 | Единоборства 45' ЗВЕ | | Cycle 35' Сайка | | Fly Yoga 55' P Катя ЙС | | | |
| 19:00 | | | STREET DANCE 45' № 2 | | | | | |
| 19:15 | | Bosu 45' № 2 | | | | | | |
| 19:30 | TAEKWON-DO 55' P ст Дмитрий ЗВЕ | | | | Step 1 55' ✓ № 1 | | | |
| 20:00 | | | Аватары 40' ББ | | | | | |
| | | | Break-dance 55' P Вячеслав № 2 | | | | | |

 Секционное занятие, оплачивается дополнительно
 Коммерческий урок, оплачивается дополнительно
 ДС - детская студия; ДК - детский класс; ЗВЕ - зал вост. единоборств; залы № 1, 2, 3 - 2 этаж; зал № 4 - 4 этаж, № 5 - балкон

 Дети допускаются на урок строго по возрасту