

РОЗКЛАД ТРЕНУВАНЬ

ФІТНЕС | Пн.Ср.Пт

Тренерка - Вів'єн

- 9:00 - Барре
- 10:00 - Стретчинг
- 11:00 - Павер Пілатес

БЖЖ | Пн.Ср.Пт

Тренер - Влад

- 8:00 - Дорослі
- 16:00 - Діти (8-13 років)
- 17:00 - Діти (5-7 років)
- 18:00 - Діти (8-13 років)
- 19:30 - Дорослі

ТКД | Вт.Чт.Сб

Тренер - Євген

- Сб 12:00 - Діти (3-4 роки)
- 16:00 (Сб 10:00) - Діти (8-11 років)
- 17:00 (Сб 11:00) - Діти (5-7 років)
- 18:00 (Сб 10:00) - Діти (8-11 років)
- 19:00 (Сб 8:45) - Юніори (12-17 років)

БЖЖ | Вт.Чт.Сб.

Тренер - Артем

- 8:00 | 9:00 - Дорослі

КІКБОКСІНГ | Вт.Чт.

Тренер - Артем

- 19:00 - Жіноча група
- 20:00 - Чоловіча група

ПЕРСОНАЛЬНЕ ТРЕНУВАННЯ

Максимальне занурення у дисципліну.
Можливе спліт-тренування