



DIN / C 01.02.19

FRECVENTAREA ANTRENAMENTELOR ESTE ACCESIBILĂ DE LA 14 ANI / ПОСЕЩЕНИЕ ЗАНЯТИЙ РАЗРЕШАЕТСЯ С 14 ЛЕТ.

ORA / ВРЕМЯ	SALA ЗАЛА	LUNI ПОНЕДЕЛЬНИК	MARȚI ВТОРНИК	MIERCURI СРЕДА	JOI ЧЕТВЕРГ	VINERI ПЯТНИЦА	SĂMBĂȚĂ СУББОТА	DUMINICĂ ВОСКРЕСЕНЬЕ
09.00	SALA / Зал №1	STRETCH			FUNCTIONAL TRAINING			
10.00	SALA / Зал №1	FITBALL		KANGOO	KATTLEBELL	LEG SCULPT	STEP	
	SALA / Зал №2	HATHA YOGA		YOGA 1.5	YOGA THERAPY 1,5	YOGA 1.5	HATHA YOGA	
	BAZIN / Бассейн							AQUA BASIC
11.00	SALA / Зал №1	ZUMBA		ABS	LATINA	ORIENTAL	PILATES	KATTLEBELL
	SALA / Зал BIKE	BIKE			BIKE		BIKE	
	BAZIN / Бассейн		AQUA NOODLES			AQUA BOOTS		AQUA BOOTS
12.00	SALA / Зал №1	BODY SCULPT	PILATES	UP SCULPT	STRETCH	LEG SCULPT	LATINA	ORIENTAL
	SALA / Зал №2					PILATES		
	SALA / Зал BIKE						BIKE	BIKE
13.00	SALA / Зал №1	STRETCH	BODY SCULPT	STRETCH	PUMP	ABS	BODY SCULPT	STRETCH
	SALA / Зал №2							
14.00	SALA / Зал №1	ABS					STRETCH	
15.00	SALA / Зал №1							BODY SCULPT
	BAZIN / Бассейн	AQUA BOOTS			AQUA DUMBBLLES		AQUA NOODLES	
16.00	SALA / Зал №1		LEG SCULP	BODY SCULPT	ABS		FITBALL	
	SALA / Зал №2							ABS
17.00	SALA / Зал №1	PILATES	STRETCH	STEP	UP SCULPT	BODY SCULPT	PILATES	
	SALA / Зал №2							
18.00	SALA / Зал №1	FUNCTIONAL TRAINING		FITBALL	ABS	KATTLEBELL	STRETCH	ABS
	SALA / Зал №2	KANGOO			TRX			
	SALA / Зал BIKE		BIKE				BIKE	
19.00	SALA / Зал №1	BODY SCULPT	PUMP	STRETCH	PILATES	LEG SCULP		
	SALA / Зал №2	ZUMBA		PILATES	ZUMBA			
	FIGHT CLUB	MUAY-THAY		BOX	BOX	MUAY-THAY		
	BAZIN / Бассейн	AQUA BOOTS			AQUA DUMBBLLES			
20.00	SALA / Зал №1							
	SALA / Зал №2		HATHA YOGA			19.30 YOGA -1,5		

Reabilitare / Реабилитация
 Anti-Stress / Анти-стресс
 Double Trouble
 Modelarea corporală / Моделирование тела
 Program de slăbire / Программа похудения
 Nature Inspire
 Resistance
 Real Man

