

## Групповые программы с 24 по 30 октября

Время	Понедельник 24	Вторник 25	Среда 26	Четверг 27	Пятница 28	Суббота 29	Воскресенье 30			
08:00					7:30-8:25 Зал 3 <b>Boxing</b> Валерий					
	7:30-8:25 Зал 2 <b>BODY SCULPT</b> Ольга				Зал 2 <b>PILATES MAT</b> ЮЛИАНА					
	Зал 1 Yoga Юра			9:00-9:55 Зал 1 Pilates Allegro Юлиана	Зал 1 Yoga Юра					
09:00	Зал 5 <b>Trekking</b> Катя	Зал 1 <b>FTVBALL</b> Ольга	Натasha Зал 1 <b>IRON CROSS</b>	Зал 5 <b>Trekking</b> Катя	Зал 4  <b>Cycle</b> Юлиана					
10:00		Зал 1 Abs+ stretch Ольга								
11:00						12:00 Зал 1 <b>ZUMBA STEP</b> Ольга				
13:00	Зал 1 <b>Pilates</b> Юлиана		Зал 1 Body low + Abs Натasha		Зал 1 Upper body+TABS Ольга	Зал 1 Abs+Stretch Ольга				
13:00	<i>BellyDance - это необыкновенно красивый танец живота, в котором активно задействуются и тренируются все виды внешних и внутренних мышц</i>				<b>BODY ART</b> – это функциональная тренировка, представляющая собой сочетание определенных положений тела, классических дыхательных техник, физической тренировки внутреннего расслабления. Это тренировка не только отдельных мышечных групп, но и тела, сознания и души.					
14:00		Зал 1 Yoga Юра		Зал 1 Yoga Юра			Натasha Зал 1 <b>IRON CROSS</b>			
17:30					Зал 1 <b>BODY PUMP</b> Ольга		15:00-15:55 Зал 1 Abs+Stretch Натasha			
18:30	Натasha Зал 1 <b>IRON CROSS</b>	Зал 1 Здоровая Спина Ольга	<b>ДНИ ОТКРЫТЫХ ДВЕРЕЙ</b> <b>Просьба</b> обратить Ваше внимание на изменения в расписании. Вся информация на рецепции и в отделе продаж			Зал 1 <b>ZUMBA STEP</b> Ольга				
		Зал 2 <b>BellyDance</b> Юля				Зал 2 Цигун Дима				
	Зал 2 <b>ZUMBA</b> Лера					19:00 Зал 6 Айкидо Игорь				
	Зал 1 Body sculpt Ольга	Зал 1 Yoga Дима								
19:30	Зал 3 <b>Boxing</b> Аскер							Зал 2 <b>BellyDance</b> Юля	<b>В РИТМЕ ТАНЦА</b>  <b>ПН, СР ZUMBA</b> <b>ВТ, ПТ BellyDance</b>  <b>ЧТ STRIP Dance</b>	
	Зал 2 Body low Катя	Зал 3 <b>MixFight</b> Аскер						Зал 3 <b>Boxing</b> Аскер		
	Зал 1 Yoga Дима	Зал 4  <b>Cycle</b> Юра								
	19.00-19.55 Зал 4 Гребля Юра									
20:30	20:30-21:25 Зал 1 <b>CRUNCH+Stretch</b> Катя	Зал 1 Deep stretch Ольга								

Функциональный тренинг
Разум и тело
Кардио тренинг
\$ - платный класс  
Единоборства
Танцевальный класс
Новый класс

Клуб оставляет за собой право вносить изменения в расписание

www.sportline-club.ru

2-й ЭТАЖ

ЗАЛ 1

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ БОКСА

4-й ЭТАЖ

ЗАЛ 2

РИНГ

ЗАЛ АЙКИДО

ЗАЛ ГРЕБЛИ

1 Большой зал

2 Малый зал

3 Зал бокса

4 4 этаж (зал 410)

5 Кардио театр

6 Зал айкидо

  
**СПОРТ ЛАЙН КЛУБ**  
 СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР