

ВЗРОСЛЫЕ ГРУППЫ

	ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС
6:00	КРОССФИТ / Миша		КРОССФИТ/Миша		КРОССФИТ/Миша		
7:30	КРОССФИТ / Юлия	Бокс/Денис	КРОССФИТ / Юлия	Бокс/Денис	КРОССФИТ / Юлия		
8:00	Functional / Алина		Functional / Алина		Functional / Алина		
8:00	Греплинг авторский класс/ Александр		Греплинг авторский класс/ Александр		Греплинг авторский класс/ Александр		
8:30						Авторский класс Mobility Flow / Юлия	
09:00							Бокс/Денис
10:00	КРОССФИТ / Паша		КРОССФИТ / Паша		КРОССФИТ / Паша	КРОССФИТ / Влад	
11:00						Fight fitness/ Антон	
12:00						Stretching / Алина	
15:30						Вольная борьба / Владимир	
18:50	КРОССФИТ/Влад		КРОССФИТ/Влад		КРОССФИТ/Влад		
19:15	ММА / Сергей П.	Вольная борьба / Владимир	ММА / Сергей П.	Вольная борьба / Владимир	ММА / Сергей П.		
19:30	Stretching/Алина (Набор группы)		Stretching/Алина (Набор группы)		Stretching/Алина (Набор группы)		
20:00	КРОССФИТ/ Паша	Fight fitness/ Антон	КРОССФИТ/ Паша	Fight fitness/ Антон	КРОССФИТ/ Паша		
20:00	Бокс / Денис		Бокс / Денис		Бокс / Денис		

ДЕТСКИЕ ГРУППЫ

ПН

ВТ

СР

ЧТ

ПТ

СБ

ВС

9:30							
12:00			ROS				
13:00						КРОССФИТ Kids / Вероника 4+	
14:00						Вольная борьба Kids / Владимир	
16:00	КРОССФИТ Kids / Маша 10 – 15 лет		КРОССФИТ Kids / Маша 10 – 15 лет		КРОССФИТ Kids / Маша 10 – 15 лет		
17:00	КРОССФИТ Kids / Юля 6 – 10 лет	Гимнастика kids /Сергей С.	КРОССФИТ Kids / Юля 6 – 10 лет	Гимнастика kids /Сергей С.	КРОССФИТ Kids / Юля 6 – 10 лет		
	ММА Kids / Сергей П. 4 – 10 лет		ММА Kids / Сергей П. 4 – 10 лет		ММА Kids / Сергей П. 4 – 10 лет		
17:30		Вольная борьба Kids / Владимир		Вольная борьба Kids / Владимир			
18:00	ММА Kids / Сергей П. 11 – 15 лет	КРОССФИТ Kids / Вероника 4+	ММА Kids / Сергей П. 9 – 15 лет	КРОССФИТ Kids / Вероника 4+	ММА Kids / Сергей П. 9 – 15 лет		
19:00							