VERSO FITNESS

Расписание групповых программ

VERSO FITNESS

29 апр. понедельник	30 апр. вторник	1 мая среда	2 мая четверг	3 мая пятница	4 мая суббота	5 мая воскресенье
9:00 HATHA-YOGA ЗАЛ 2 Дмитрий Б.		9:00 $ HATHA-YOGA ЗАЛ 2 Дмитрий Б.	8:20 HEALTHY BODY ЗАЛ 2 Юля	8:20 HATHA-YOGA ЗАЛ 2 Дмитрий Б.		
9:00 AQUA ABS БАССЕЙН Мария	9:45 AQUA BEGINER БАССЕЙН Мария	10:00 AQUA MIX БАССЕЙН Мария	9:45 DEEP AQUA БАССЕЙН Мария	09:00 DEEP AQUA БАССЕЙН Мария	11:00 STRETCHING ЗАЛ 2 Анна	14:00 DANCE MIX ЗАЛ 2 Альбина
10:00 ULTIMATE POWER ЗАЛ ТЗ Екатерина	10:00 BODY SCULPT ЗАЛ 2 Альбина	10:00 МФР ЗАЛ 2 Анна	10:00 PILATES MAT ЗАЛ 1 Юля	10:00 $ CYCLE PRO ЗАЛ 1 Эдуард	12:00 ASHTANGA-YOGA ЗАЛ 2 Анна	15:00 МФР ЗАЛ 2 Альбина
10:00 CYCLE BEGGINERS ЗАЛ 1 Эдуард	11:00 ABS + STRETCH ЗАЛ 2 Альбина	10:30 GRIT CARDIO ЗАЛ ТЗ LES MILLS Карина		10:00 BODY SCULPT ЗАЛ 2 Альбина		
10:00 FITBALL ЗАЛ 2 Альбина		11:00 HEALTHY BACK ЗАЛ 2 Анна		11:00 МФР + STRETCH ЗАЛ 2 Альбина		
11:00 STRETCHING ЗАЛ 2 Альбина		11:00 3D ЯГОДИЦЫ ЗАЛ 1 Карина				
					14:00 SWIMMING БАССЕЙН Мария	
	19:00 CALISTHENICS ЗАЛ 2 Альбина	19:00 CYCLE ЗАЛ 1 Эдуард	19:00 CALISTHENICS ЗАЛ 2 Альбина		15:00 3D ЯГОДИЦЫ ЗАЛ 2 Евгения	
19:00 CYCLE PRO ЗАЛ 1 Эдуард	19:15 CROSSFIT ЗАЛ ТЗ Екатерина		19:15 $ CROSSFIT ЗАЛ ТЗ Екатерина	19:00 PILATES MAT ЗАЛ 2 Евгения	16:00 ШПАГАТ + СПИНА ЗАЛ 2 Евгения	
19:30 GRIT CARDIO ЗАЛ ТЗ LES MILLS Карина	20:00 JAZZ FUNK ЗАЛ 1 Дарья		20:00 MINDBODY ЗАЛ 2 Альбина	19:00 BODY PUMP ЗАЛ 1 LES MILLS Карина		
20:00 BODY PUMP 1hr ЗАЛ 1 LES MILLS Карина	20:00 STRETCHING ЗАЛ 2 Альбина		20:00 JAZZ FUNK ЗАЛ 1 Дарья	20:00 HIIT ЗАЛ 1 LES MILLS Карина		
20:15 AQUA MIX БАССЕЙН Кристина	21:00 SWIMMING БАССЕЙН Кристина	20:15 DEEP AQUA БАССЕЙН Кристина	21:00 SWIMMING БАССЕЙН Алексей	20:15 AQUA ALL БАССЕЙН Кристина	19:00 SWIMMING БАССЕЙН Алексей	18:00 $ SWIMMING PRO БАССЕЙН Александр
21:00 BODY BALANCE ЗАЛ 1 LES MILLS Карина				21:00 BODY BALANCE ЗАЛ 1 LES MILLS Карина		

- Атлетика, силовые форматы
- Функциональные форматы
- Кардио форматы
- Танцевальные форматы
- Бойцовский клуб
- Body Mind
- Бассейн

$ Платный формат по предварительной записи
Формат продолжительностью 2 часа
Формат по предварительной записи