|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **понедельник** | **вторник** | **среда** | **четверг** | **пятница** | **суббота** | **воскресенье** |
| **10:00** |  |  |  |  |  |  |  |
| **11:00** | **Суставная гимнастика** Ольга  |  | **Суставная гимнастика** Ольга |  | **Суставная гимнастика** Ольга  |  | **Йога 11.30**Лариса  |
| **12:00** | **Problem zones**Ольга | **Йога** Ольга | **Problem zones**Ольга | **Йога** Ольга | **Problem zones**Ольга |  |   |
| **13:00** |  | **Мягкий фитнес** Ольга |  | **Мягкий фитнес** Ольга |  |  | **Hot-Iron 13.30**Татьяна Т.  |
| **14:00** |  |  |  |  |  |  | **Восточ.танцы** **14.30**Татьяна К.  |
| **15:30** |  |  |  |  |  |  |  |
| **16:30** |  |  |  |  |  |  |  |
| **17:30** | **Мягкий фитнес**Алла | **Пилатес**Яна | **Фитбол**Алла | **Пилатес**Яна | **Мягкий фитнес**Алла |  |  |
| **18:30** | **Стройное тело**Алла | **Йога**Лариса | **Стройное тело**Алла | **Йога**Лариса | **Стройное тело**Алла |  |  |
| **19:30** | **Йога**Оксана | **Problem zones**Яна | **Йога**Оксана | **Problem zones**Яна | **Йога**Оксана |  |  |
| **20:30** | **Растяжка** | **Hot-Iron**Татьяна Т. | **Восточ.танцы**Татьяна К. | **Hot-Iron**Татьяна Т. | **Растяжка** |  |  |