|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **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** |  |  |