РАСПИСАНИЕ ЗАЛА ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ в Студии фитнеса АНИТА.

❖ **Коммерческие уроки отличаются от базовых уроков в расписании, имеют более продвинутый уровень, эксклюзивность, что позволяет Вам эффективнее развивать ваше тело – 600 РУБ/ 1 зан.** **с 19.01.2026 г**

	08.00	09.00	10.00	11.00	17.30	18.30	19.00
ПН	**ФУНКЦ-АЯ ТР-КА**			**ФИТНЕС** Микс (тр/з)	**СТЕП ИНТЕРВАЛ $**	**СИЛОВОЙ *МИКС***	
	08.00	**09.00**	**10.00**	**17.30**	**17.30**	**18.30**	**19.30**
ВТ					**БАЧАТА** коммерческий урок	**ПОРТ де БРА (Port De Beas ®)**	**60 минут ХАТХА ЙОГА**
	08.00	**09.00**	**10.00**	**11.00**	**17.30**	**18.30**	**19.30**
СР	**СИЛОВОЙ *МИКС***			**ФИТНЕС ЙОГА (мфр, пилатес, стретчинг)**	**ИДЕАЛЬНОЕ ТЕЛО**	**ЗУМБА**	
ЧТ					***Мал.з 2 эт*** **УМНОЕ ТЕЛО +МФР + Стретчинг**	**БОДИ АРТ (Body ART ®)**	**60 минут ХАТХА ЙОГА**
ПТ	**СТЕП ИНТЕРВАЛ** коммерческий урок			**ФИТНЕС Микс (с оборудованием ТРХ, мячи)**	**90 минут. ХАТХА ЙОГА**		
СБ		**ПОРТ де БРА (Port De Beas ®)** коммерческий урок	**БАЧАТА** коммерческий урок				