

Расписание групповых программ СЕНТЯБРЬ

Время	Понедельник / Monday	Вторник / Tuesday	Среда / Wednesday	Четверг / Thursday	Пятница / Friday	Суббота / Saturday	Воскресенье / Sunday				
10:00	BALANCE Total Body 55 Александра	POWER Hatha Yoga 90 Юлия	BALANCE ABS & Lower Body 55 Мария	BALANCE Functional Training 55 Анастасия Р.	POWER Hatha Yoga 90 Анна	BALANCE Total Body 55 Мария	BALANCE FitBall 55 Александра	BALANCE Bums&Core 55 Александра	BALANCE Total Body 55 Семен		
11:00	BALANCE Stretching 30 Александра		BALANCE Pilates 55 Мария	BALANCE Stretching 55 Анастасия Р.		BALANCE Pilates 55 Мария	BALANCE Core + Spine 55 Александра	BALANCE Stretching 55 Александра	POWER Yoga Flow 90 Алексей	BALANCE FLEX 55 Семен	POWER Yoga Flow 90 Алексей
11:30											
12:30											
13:00											
16:30											
17:30											
18:00								BALANCE Pilates 55 Анастасия Р.			
18:30	BALANCE Healthy spine 55 Виктория	POWER Bums 30 Анастасия Р	BALANCE Upper Body 45 Александра				BALANCE Upper Body 45 Александра				
19:00		SPINNING 45 Анастасия Р.		POWER Hatha Yoga 90 Юлия	BALANCE Zumba 55 Анастасия Р.	POWER Yoga Flow 90 Алексей		POWER Hatha Yoga 120 Анна	POWER Hatha Yoga 120 Анна		
19:30	BALANCE Body Sculpt 55 Виктория		BALANCE Lower Body 55 Александра			19:00 SPINNING 45 Виктория	BALANCE Lower Body 55 Александра				
20:00					BALANCE Pilates 55 Виктория						
20:30											

PALACE BRIDGE
WELLNESS CLUB

Balance Студия

Power Студия

Spinning Студия

SPA

*Мы заботимся о вашем здоровье и просим не пропускать разминку. Обращаем ваше внимание, что в случае опоздания более 5 минут инструктор оставляет за собой право отказать в посещении занятия.

§ Мини-группа - Внимание занятия платные, оплата на рецепции клуба.