

<p>Расписание</p> <p>Ideal Fitness Одинцово</p> <p>ул. Молодежная, д.48</p> <p>+74950115352</p>				<p>с 22/12/2025г. по 28/12/2025г.</p>			
	ПН. 22/12	ВТ. 23/12	СР. 24/12	ЧТ. 25/12	ПТ. 26/12	СБ. 27/12	ВС. 28/12
09:00	<p>09:00 - 09:50 (по записи) STEP марафон</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Пискунова Анна</p>	<p>09:00 - 10:00 (по записи) Yoga Hatha</p> <p>90</p> <p>Зал групповых программ 2, Низкий и Средний</p> <p>Горленко Светлана</p>		<p>09:30 - 11:00 \$\$\$ Здоровая Спина ЙКВ *</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Чуева Светлана</p>	<p>09:00 - 09:50 (по записи) STEP марафон</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Пискунова Анна</p>		
	<p>09:30 - 11:00 \$\$\$ Здоровая Спина ЙКВ *</p> <p>Зал групповых программ 2</p> <p>Чуева Светлана</p>						
10:00	<p>10:00 - 10:50 (по записи) Pilates</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Пискунова Анна</p>	<p>10:00 - 10:50 (по записи) Interval training</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Бондаренко Анна</p>	<p>10:00 - 10:50 (по записи) ABL back &amp; stretch</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Гришина Елена</p>	<p>10:00 - 10:50 (по записи) FUNCTIONAL PROGRESSIVE ®</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Гришина Елена</p>	<p>10:00 - 10:50 (по записи) Stretching</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Пискунова Анна</p>		
11:00		<p>11:00 - 11:50 (по записи) Pilates</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Бондаренко Анна</p>	<p>11:00 - 11:45 (по записи) Stretching</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Гришина Елена</p>	<p>11:00 - 11:45 (по записи) Stretching</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Гришина Елена</p>		<p>11:00 - 11:45 Платная секция бассейн 1 дорожка</p>	<p>11:00 - 12:00 (по записи) Yoga Hatha</p> <p>90</p> <p>Зал групповых программ 1, Низкий и Средний</p> <p>Горленко Светлана</p>
12:00				<p>12:00 - 12:45 (по записи) Aqua Mix</p> <p>Бассейн</p> <p>Гришина Елена</p>			
13:00	<p>13:00 - 13:50 (по записи) PUMP</p> <p>GENERERATIO</p> <p>N</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Пономарева Софья</p>	<p>13:00 - 13:45 (по записи) Abs back &amp; stretch</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Соболева Оксана</p>	<p>13:00 - 13:50 (по записи) PUMP</p> <p>GENERERATIO</p> <p>N</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Пономарева Софья</p>	<p>13:00 - 13:45 (по записи) Abs back &amp; stretch</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Бондаренко Анна</p>	<p>13:00 - 13:50 (по записи) PUMP</p> <p>LESMILS</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Соболева Оксана</p>	<p>13:00 - 13:50 (по записи) Body Condition</p> <p>Зал групповых программ 1</p> <p>Савченко Ольга</p>	<p>13:00 - 13:45 Платная секция бассейн 1 дорожка</p>

		13:15 - 14:00 (по записи) Aqua Mix Бассейн Фитнес тренер						
14:00		14:00 - 14:50 (по записи) Fine Spine/ Здоровая спина Зал групповых программ 1 Соболева Оксана		14:00 - 14:50 (по записи) Pilates Зал групповых программ 1 Бондаренко Анна	14:00 - 14:45 (по записи) Stretching Зал групповых программ 1 Соболева Оксана	14:00 - 14:50 (по записи) Mind Body Зал групповых программ 1 Савченко Ольга	14:00 - 14:45 Платная секция бассейн 1 дорожка	
15:00						15:00 - 15:45 (по записи) Aqua Mix Бассейн Савченко Ольга		
						15:30 - 16:20 (по записи) SALSATION® □ Зал групповых программ 1 Комоцкая Анита		
17:00		17:00 - 17:45 Платная секция бассейн 1 дорожка	17:00 - 17:45 Платная секция бассейн 1 дорожка	17:00 - 17:45 Платная секция бассейн 1 дорожка	17:00 - 17:45 Платная секция бассейн 1 дорожка		17:00 - 17:45 Платная секция бассейн 1 дорожка	
							17:30 - 18:15 Платная секция бассейн 1 дорожка	
18:00		18:15 - 19:05 (по записи) Body Condition Зал групповых программ 1 Пискунов Демьян	18:15 - 19:05 \$\$\$ MMA* 6-14 лет Зал групповых программ 2 Фитнес тренер	18:30 - 19:15 (по записи) Abs back & stretch Зал групповых программ 1 Бондаренко Анна	18:15 - 19:05 (по записи) \$\$\$ CYCLE Зал групповых программ 2 Пискунов Демьян	18:15 - 19:05 \$\$\$ MMA* 6- 14 лет Зал групповых программ 2 Фитнес тренер		18:30 - 19:15 Платная секция бассейн 1 дорожка Фитнес тренер
						18:30 - 19:20 (по записи) PUMP GENERATION Зал групповых программ 1 Пономарева Софья		

		19:15 - 20:05 (по записи) Mind Body Зал групповых программ 1 Пискунов Демьян	19:15 - 20:05 (по записи) Interval training Зал групповых программ 1 Пискунов Демьян	19:30 - 20:20 (по записи) Pilates Зал групповых программ 1 Бондаренко Анна	19:15 - 20:05 (по записи) Body Condition Зал групповых программ 1 Гришина Елена		
		19:30 - 21:00 \$\$\$ Здоровая Спина ЙКВ * Зал групповых программ 2 Чуева Светлана			19:30 - 21:00 \$\$\$ Здоровая Спина ЙКВ * Зал групповых программ 2 Чуева Светлана		
	20:0 0	20:15 - 21:05 (по записи) SALSATION® Зал групповых программ 1 Комоцкая Анита	20:15 - 21:00 (по записи) Aqua Mix Бассейн Фитнес тренер	20:30 - 21:15 (по записи) Платная секция бассейн 1 дорожка Фитнес тренер	20:15 - 21:00 (по записи) Aqua Mix Бассейн Гришина Елена	20:00 - 21:30 (по записи) Yoga Hatha 90 Зал групповых программ 1, Средний Горленко Светлана	
			20:15 - 21:05 (по записи) Mind Body Зал групповых программ 1 Пискунов Демьян				