

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

	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		

19:00	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			
20:00	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 Natha 90 Зал групповых программ 1, Средний Горленко Светлана		
		20:15 - 21:05 (по записи) Mind Body Зал групповых программ 1 Пискунов Демьян					