

Фитнес клуб "ПИОНЕР", г. Екатеринбург, пер. Трамвайный, д.2/3 (ЖК «Малевич»). тел. +7 (343) 213-01-31, [+7 \(904\) 176-09-67](tel:+79041760967)

Действительно с «18» ФЕВРАЛЯ 2023 г.

САЙТ: [PIONER66.RU](http://PIONER66.RU) ГРУППА ВКОНТАКТЕ: [VK.COM/PIONERFITNES](https://VK.COM/PIONERFITNES)



Время	ЗАЛ	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
08:00	Зал 2 (МАЛ)		\$ МИНИ-ГРУППА ПО СБРОСУ ВЕСА в Тренажерном зале** Дмитрий И.		\$ МИНИ-ГРУППА ПО СБРОСУ ВЕСА в Тренажерном зале** Дмитрий И.			
09:00	Зал 1 (БОЛ)	ПОХУДЕЙ класс** Вероника С.	Персональная тренировка		ПОХУДЕЙ класс** Вероника С.	ФИТНЕС-ЙОГА* Татьяна О.		
10:00	Зал 1 (БОЛ)	# POLE DANCE Светлана	ЗДОРОВАЯ СПИНА * (ЙОГА+ПИЛАТЕС+МФР) Екатерина*	ФИТНЕС-ЙОГА* Татьяна О.		# POLE DANCE Светлана		
15:00	Зал 1 (БОЛ)		Аренда зала	Аренда зала		Аренда зала		
<b>ВНИМАНИЕ!!! Предварительная запись на тренировки обязательна!</b> Занятия в Студии «Здоровая спина» проводятся по предварительной записи в формате персональных занятий и мини-групп.								
18:00	Зал 1 (БОЛ)	18.00 Аренда зала	18.20 «ZUMBA» Татьяна И.	18.00 Аренда зала		18.00 Аренда зала		10:00 \$ МИНИ-ГРУППА «ЗДОРОВАЯ СПИНА» * Анастасия
18:00	Зал 2 (МАЛ)	18.00 Аренда зала		18:30 Персональная тренировка	Персональная тренировка		10.00 Аренда зала	12.00 КАЛЛАНЕТИК Юлия Х.
19:00	Зал 1 (БОЛ)	ПИЛАТЕС + МФР (Миофасциальный релиз) * Анастасия К.	19.15 КАЛЛАНЕТИК-Гибкая сила Калугина Е.	# ЙОГА В ГАМАКАХ + МФР Наталья Ч.	19.00 ПИЛАТЕС + МФР (Миофасциальный релиз) * Анастасия К.	# ЙОГА В ГАМАКАХ+ МФР Наталья Ч.	12.00 СИЛА в ФОРМЕ** Вероника С.	
19:00	Зал 2 (МАЛ)	ДЕТСКИЙ ФИТНЕС (5-7 лет) (Растяжка+ЙОГА+ОФП) Татьяна О.		РАЗУМНОЕ ТЕЛО* (Стрейчинг+йога+здоровая Спина) Вероника	19.00 Аренда зала	ДЕТСКИЙ ФИТНЕС (5-7 лет) (Растяжка+ЙОГА+ОФП) Татьяна О.	13:00 РАЗУМНОЕ ТЕЛО* (Стретчинг+йога+здоровая спина) Вероника С.	
20:00	Зал 1 (БОЛ)	СПЕЦ. Программа для похудения *** Анастасия К.	20.10. Фитнес-ЙОГА** Татьяна О.	СИЛА в ФОРМЕ** Вероника С.	20.00 СПЕЦ. Программа для похудения *** Анастасия К.	Фитнес-ЙОГА** Татьяна О.		
20:00	Зал 2 (МАЛ)					20.00 КАЛЛАНЕТИК-Гибкая сила Калугина Е.	*, **, *** интенсивность тренировки (низкая, средняя, высокая) \$ – МИНИ-ГРУППЫ – персональные тренировки для 3-4 человек. Оплачиваются по прайсу для мини-групп. # - оплачивается по абонементу "ВЕЗДЕХОД"	
21:00	Зал 1 (БОЛ)	21.05 ДЭНС-МИКС** Юлия Ч.		21.05 ДЭНС-МИКС** Юлия Ч.				
21:00	Зал 2 (МАЛ)			# ЭКЗОТИК** POLE DANCE Юлия Ч. (по записи)				