

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 «20» ИЮНЯ 2022 г.

РАСПИСАНИЕ НА ЛЕТО 2022 г.

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

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.	POLE DANCE Светлана	POLE DANCE Светлана	ПОХУДЕЙ класс** Вероника С.	Пилатес + ЙОГА* Татьяна О.		
10:00	Зал 1 (БОЛ)		РАЗУМНОЕ ТЕЛО* (Йога+Пилатес+МФР) Екатерина	Пилатес + ЙОГА* Татьяна О.	РАЗУМНОЕ ТЕЛО* (Йога+Пилатес+МФР) Екатерина	Экзотик POLE DANCE Светлана		
НОВИНКИ!!! Программа «ЭСПРЕСС-ПОХУДЕНИЕ к ОТПУСКУ» на 14 дней! Тренировки с тренером, массаж, кедровая бочка! СТУДИЯ БАЛЕТА и классической хореографии! Набор детей от 2-х лет в августе 2022 г. СКОРО!!! Йога в ГАМАКАХ!								
18:30	Зал 1 (БОЛ)	ПИЛАТЕС + МФР (Миофасциальный релиз) * Анастасия К.		Экзотик POLE DANCE Светлана	ПИЛАТЕС + МФР (Миофасциальный релиз) * Анастасия К.		10:00 \$ МИНИ-ГРУППА «ЗДОРОВАЯ СПИНА» * Анастасия	
18:30	Зал 2 (МАЛ)				19.00 Аренда зала		10.00 Аренда зала	
19:30	Зал 1 (БОЛ)	СПЕЦ. Программа для похудения *** Анастасия К.	19.00 ALL INCLUSIVE** Алена Г.	19.15 РАЗУМНОЕ ТЕЛО* (Стретчинг+йога+здоровая спина) Вероника*	СПЕЦ. Программа для похудения *** Анастасия К.	19.00 ALL INCLUSIVE** Алена Г.		
19:30	Зал 2 (МАЛ)			19:00 \$ МИНИ-ГРУППА «ЗДОРОВАЯ СПИНА» * Екатерина	Персональная тренировка		12.00 СИЛА в ФОРМЕ** Вероника С.	
20:30	Зал 1 (БОЛ)	СТРИП-ДЭНС* Юлия	20.10 Фитнес-ЙОГА** Татьяна О.	20.10 СИЛА в ФОРМЕ** Вероника С.	СТРИП-ДЭНС* Юлия	20.10 Фитнес-ЙОГА** Татьяна О.	13:00 РАЗУМНОЕ ТЕЛО* (Стретчинг+йога+здоровая спина) Вероника С.	
20:30	Зал 2 (МАЛ)	Стретчинг* Светлана		Персональная тренировка	Стретчинг* Светлана		*, **, *** интенсивность тренировки (низкая, средняя, высокая) \$ – МИНИ-ГРУППЫ – персональные тренировки для 3-4 человек. По абонементу в мини-группы Вы можете посетить занятия по направлениям «Здоровая спина», тренажерный зал.	
21:05	Зал 1 (БОЛ)		Экзотик POLE DANCE Светлана	Экзотик POLE DANCE Юлия				
Занятия в Студии POLE DANCE оплачиваются по абонементу «ВЕЗДЕХОД», проводятся в формате небольших групп до 4 человек.								