



Распис  1 нед.

Расписание Большая горная,324

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9:30 (подкачка + Растяжка)					9:30 (подкачка + растяжка)	
11:00 (подкачка + растяжка)	10:30 (подкачка + Растяжка)	11:00 (подкачка + растяжка)	11:00 (подкачка + растяжка)	10:30 (подкачка + растяжка)	11:00 (подкачка + растяжка)	11:00 (подкачка + растяжка)
15:30 (подкачка + растяжка)	16:30 (подкачка + растяжка)	15:30 (подкачка + растяжка)	15:30 (подкачка + растяжка)	16:30 (подкачка + растяжка)	15:00 (подкачка + растяжка)	15:00 (подкачка + поперечный)
17:00 (подкачка + растяжка)		17:00 (подкачка + растяжка)	17:00 (подкачка + растяжка)		16:30 (гибкая спина)	16:30 (подкачка + растяжка)
18:30 (подкачка + растяжка)	18:00 (подкачка + растяжка)	18:30 (гибкая спина)	18:30 (подкачка + растяжка)	18:00 (подкачка + растяжка)	18:00 (подкачка + растяжка)	18:00 (Body Sculpt)
20:00 (подкачка + продольный)	19:30 (подкачка + растяжка)	20:00 (Body Sculpt)	20:00 (подкачка + продольный)	19:30 (подкачка + растяжка)		

Силовая тренировка
body Sculpt - 200р. До к
декабря ! 🔥



Захват
прокрутки



Рисовать



Обрезать



Поделиться



Распис  1 нед.

Расписание (Антонова 27)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
11:00 (подкачка+растяжка)	10:30 (подкачка+растяжка)	11:00 (подкачка+растяжка)	11:00 (подкачка+растяжка)		11:00 (гибкая спина)	11:00 (подкачка+растяжка)
				15:30 (подкачка+продольный)	15:00 (подкачка+растяжка)	15:00 (подкачка+растяжка)
17:00 (подкачка+растяжка)		17:00 (подкачка+растяжка)	16:30 (подкачка+растяжка)	16:45 (подкачка+продольный)	16:30 (Body Sculpt)	16:30 (подкачка+растяжка)
18:45 (подкачка+растяжка)	18:00 (подкачка+растяжка)	18:45 (гибкая спина)	18:00 (подкачка+растяжка)	18:00 (подкачка+растяжка)		
20:15 (подкачка+продольный)	19:30 (подкачка+продольный)	20:15 (Body Sculpt)	19:30 (подкачка+растяжка)	19:30 (подкачка+растяжка)		

Силовая тренировка
body Sculpt - 200р. До конца
декабря ! 🔥

📍 ПАРК СОЛНЕЧНЫЙ



Отправить сообщение

