

# ÉGOISTE

Время	08:30	09:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:30
Понедельник	Yoga (Елена)			Stretching (Алла)					Interval training (Лера М)		Fitball (Алла)	
			Body Sculpt (Яна К.)		Tabata (Лера М)					Fitness Intensive (Алла)	TRX (Лера М)	
				TRX (Богдан)							Boxing (Вадим)	
Вторник			Step Dance (Богдан)	Stretching (Инна)				Port De Bras (Валерия)		TRX (Настя)	Pilates fusion (Настя)	
		Pilates (Валерия)	TRX (Инна)						Strip Dance (Валерия)		Yoga balance (Аня)	
					Total Workout (Яна К.)							
Среда	Yoga (Елена)			FLEX (Алла)					Pump it up (Лера М)		Stretching (Алла)	
			ABL (Яна К.)		Functional training (Лера М)					Functional Training (Алла)	TRX (Лера М)	
				TRX (Богдан)							Boxing (Вадим)	
Четверг			Step & Dance (Богдан)	Stretching (Инна)				Port De Bras (Валерия)		TRX (Настя)	Pilates fusion (Настя)	
		Body Balance (Валерия)	TRX (Инна)		Power Training (Яна К.)				Strip Dance (Валерия)		Yoga balance (Аня)	
Пятница	Yoga (Елена)			Body Balance (Алла)					Interval training (Лера М)		Body Balance (Алла)	
			BUMS + ABS (Яна К.)							Fitness Mix (Алла)	TRX (Лера М)	
				TRX (Богдан)	Stretching (Лера М)						Boxing (Вадим)	
Суббота				TRX (Инна)								
Воскресенье					Stretching (Инна)							
					Crossfit (Вадим)	Boxing (Вадим)						
						Yoga balance (Аня)						