|  |
| --- |
| **Вересень YANA FITNESS Рокосовського, 70, тел. 65-25-65, моб. 063 495 5000** |
| **Дата** | **8.30** | **10.00** | **13.00** | **17.20** | **18.30** | **19.40** |
| **1** | АВТ Настя | Stretch Настя | Рower Stretch Оксана  | Slow Mat Ліля | Active Band Ліля | АВТ Ліля |
| **2** | Active Band Люба | Power Class Люба | ------------------------------ | Functional Ксюша | ABL Ксюша | Stretch Ксюша |
| **3** | Slow Mat Ліля | ABL Ліля | ABТ Настя | АВТ Оксана | Рower Stretch Оксана  | Power Class Оксана |
| **4** | **9.30 Interval Step** **11.00 АBL 12.30 Pilates Mini-Ball Дарина 16.00 АВТ Ліля**  |
| **5** | **9.30 Body Sculpt**  **11.00 Power Class 12.30 Рower Stretch Оксана 16.00 Pilates Mini-Ball Настя** |
| **6** | Active Band Дарина | Pilates Mini-Ball Дарина | Step+АВ Оксана | ABL Лєна | Step+Bulbs Лєна | Pilates Mini-Ball Лєна |
| **7** | Stretch Ліля | Body Sculpt Ліля | ------------------------------ | Pilates Дарина  |  Zumba fit Дарина | Active Band Дарина |
| **8** | ABL Лєна | Step+Bulbs Лєна | Active Band Ксюша | Step+АВ Оксана | АВ+Stretch Оксана | Interval Оксана |
| **9** | АВТ Катя | Yoga Катя  | ------------------------------ | Body Sculpt Ліля | ABL Ліля | Slow Mat Ліля |
| **10** | Pilates-Ball Люба | Fit Mix Люба | Interval Дарина  | Pilates Mini-Ball Ксюша | Power-Ball Ксюша | АВT Ксюша |
| **11** | **9.30 Fitness Party(active)** **11.00 Fitness Party** **(active)** **12.30 Fitness Party** **(relax) Ліля+Люба 16.00 Fit Mix** **Ксюша**  |
| **12** | **9.30 АBL 11.00 Body Sculpt**  **12.30 АВ+Stretch Оксана**  **16.00 Active Вand** **Настя**  |
| **13** | Interval Оксана  | Рower Stretch Оксана  | Pilates Mini-BallНастя | АВТ Катя | Yoga Катя  | Body Sculpt Катя |
| **14** | Stretch&Band Катя | АBL Катя | ------------------------------ | Circular Ліля | Power Class Ліля | Stretch Ліля |
| **15** | 90-60-90 Люба | Pilates-Ball Люба | ABL Оксана | Slow Mat Настя | ABL Настя | Cardio ABS Настя |
| **16** | Power-Ball Ліля | АВТ Ліля | ------------------------------ | Interval Дарина  | Body Mind Дарина | Power-Ball Дарина |
| **17** | Pilates Лєна | Active Band Лєна | АВТ Ксюша | Body Sculpt Оксана | АВТ Оксана | Рower Stretch Оксана  |
| **18** | **9.30 Interval** **11.00 90-60-90** **12.30 Body Mind** **Люба 16.00 Bodybar** **Ліля**  |
| **19** | **9.30 Circular**  **11.00 Active Band** **12.30 Рower Stretch Оксана 16.00 Pilates Вall Дарина** |
| **20** | Bodybar Катя | Yogalates Катя  | Interval Оксана  | Step+Bulbs Лєна | Pilates-Ball Лєна | Power Class Лєна |
| **21** | ABL Лєна | Body Sculpt Лєна | ------------------------------ | Fit Mix Ксюша | Bodybar Ксюша  | Pilates Ксюша |
| **22** | Perfect Body Ксюша | АВТ Ксюша | 90-60-90 Люба | Stretch Дарина | ABL Дарина |  Zumba fit Дарина |
| **23** | АВТ Ліля | Slow Mat Ліля | ------------------------------ | Functional Оксана | Interval Оксана  | АВ+Stretch Оксана |
| **24** | Stretch Дарина | Step+BL Дарина | Body Sculpt Настя | ABL Ліля | Stretch Ліля | АВТ Ліля |
| **25** | **9.30 Zumba fit** **11.00 Steр+АB 12.30 Stretch Дарина 16.00 Power Class** **Ксюша** |
| **26** | **9.30 ABТ 11.00 Bodybar**  **12.30 Pilates Лєна 16.00 АВТ**  **Настя** |
| **27** | Body Sculpt Катя | Stretch&Band Катя | АВ+Stretch Оксана | АВТ Настя | Functional Настя | Pilates Настя |
| **28** | Body Mind Люба | Interval Люба  | ------------------------------ | Bodybar Катя | Yogalates Катя  | Active Band Катя |
| **29** | Step+BL Лєна | Pilates-Ball Лєна | Fit Mix Люба | Рower Stretch Оксана  | Step+BL Оксана | Body Sculpt Оксана |
| **30** | АВТ Оксана | Power Class Оксана | ------------------------------ | ABL Дарина | АВТ Дарина | Stretch Дарина |

***Підписуйся на новини:*** [***www.yanafitness.com.ua***](http://www.yanafitness.com.ua)

|  |
| --- |
| **Вересень YANA FITNESS Рокосовського, 70, тел. 65-25-65, моб. 063 495 5000** |
| **Дата** | **8.30** | **10.00** | **13.00** | **17.20** | **18.30** | **19.40** |
| **1** | АВТ Настя | Stretch Настя | Рower Stretch Оксана  | Slow Mat Ліля | Active Band Ліля | АВТ Ліля |
| **2** | Active Band Люба | Power Class Люба | ------------------------------ | Functional Ксюша | ABL Ксюша | Stretch Ксюша |
| **3** | Slow Mat Ліля | ABL Ліля | ABТ Настя | АВТ Оксана | Рower Stretch Оксана  | Power Class Оксана |
| **4** | **9.30 Interval Step** **11.00 АBL 12. 30 Pilates Mini-Ball Дарина 16.00 АВТ Ліля**  |
| **5** | **9.30 Body Sculpt**  **11.00 Power Class 12.30 Рower Stretch Оксана 16.00 Pilates Mini-Ball Настя** |
| **6** | Active Band Дарина | Pilates Mini-Ball Дарина | Step+АВ Оксана | ABL Лєна | Step+Bulbs Лєна | Pilates Mini-Ball Лєна |
| **7** | Stretch Ліля | Body Sculpt Ліля | ------------------------------ | Pilates Дарина  |  Zumba fit Дарина | Active Band Дарина |
| **8** | ABL Лєна | Step+Bulbs Лєна | Active Band Ксюша | Step+АВ Оксана | АВ+Stretch Оксана | Interval Оксана |
| **9** | АВТ Катя | Yoga Катя  | ------------------------------ | Body Sculpt Ліля | ABL Ліля | Slow Mat Ліля |
| **10** | Pilates -Ball Люба | Fit Mix Люба | Interval Дарина  | Pilates Mini-Ball Ксюша | Power-Ball Ксюша | АВT Ксюша |
| **11** | **9.30 Fitness Party(active)** **11.00 Fitness Party** **(active)** **12.30 Fitness Party** **(relax) Ліля+Люба 16.00 Fit Mix** **Ксюша**  |
| **12** | **9.30 АBL 11.00 Body Sculpt**  **12.30 АВ+Stretch Оксана**  **16.00 Active Вand** **Настя**  |
| **13** | Interval Оксана  | Рower Stretch Оксана  | Pilates Mini-BallНастя | АВТ Катя | Yoga Катя  | Body Sculpt Катя |
| **14** | Stretch&Band Катя | АBL Катя | ------------------------------ | Circular Ліля | Power Class Ліля | Stretch Ліля |
| **15** | 90-60-90 Люба | Pilates-Ball Люба | ABL Оксана | Slow Mat Настя | ABL Настя | Cardio ABS Настя |
| **16** | Power-Ball Ліля | АВТ Ліля | ------------------------------ | Interval Дарина  | Body Mind Дарина | Power-Ball Дарина |
| **17** | Pilates Лєна | Active Band Лєна | АВТ Ксюша | Body Sculpt Оксана | АВТ Оксана | Рower Stretch Оксана  |
| **18** | **9.30 Interval** **11.00 90-60-90** **12.30 Body Mind** **Люба 16.00 Bodybar** **Ліля**  |
| **19** | **9.30 Circular**  **11.00 Active Band** **12.30 Рower Stretch Оксана**  **16.00 Pilates Вall Дарина** |
| **20** | Bodybar Катя | Yogalates Катя  | Interval Оксана  | Step+Bulbs Лєна | Pilates-Ball Лєна | Power Class Лєна |
| **21** | ABL Лєна | Body sculpt Лєна | ------------------------------ | Fit Mix Ксюша | Bodybar Ксюша  | Pilates Ксюша |
| **22** | Perfect Body Ксюша | АВТ Ксюша | 90-60-90 Люба | Stretch Дарина | ABL Дарина |  Zumba fit Дарина |
| **23** | АВТ Ліля | Slow Mat Ліля | ------------------------------ | Functional Оксана | Interval Оксана  | АВ+Stretch Оксана |
| **24** | Stretch Дарина | Step+BL Дарина | Body Sculpt Настя | ABL Ліля | Stretch Ліля | АВТ Ліля |
| **25** | **9.30 Zumba fit** **11.00 Steр+АB 12.30 Stretch Дарина 16.00 Power Class** **Ксюша** |
| **26** | **9.30 ABТ 11.00 Bodybar**  **12.30 Pilates Лєна 16.00 АВТ**  **Настя** |
| **27** | Body Sculpt Катя | Stretch&Band Катя | АВ+Stretch Оксана | АВТ Настя | Functional Настя | Pilates Настя |
| **28** | Body Mind Люба | Interval Люба  | ------------------------------ | Bodybar Катя | Yogalates Катя  | Active Band Катя |
| **29** | Step+BL Лєна | Pilates-Ball Лєна | Fit Mix Люба | Рower Stretch Оксана  | Step+BL Оксана | Body Sculpt Оксана |
| **30** | АВТ Оксана | Power Class Оксана | ------------------------------ | ABL Дарина | АВТ Дарина | Stretch Дарина |

***Підписуйся на новини:*** [***www.yanafitness.com.ua***](http://www.yanafitness.com.ua)

 ***Тренажерный зал Рокосовского***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Инструктор** |
| **1** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***---------/---------*** |
| **2** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Катя/Оксана***  |
| **3** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Настя/Ліля***  |
| **4** | **10.00-16.00** | ***Ліля***  |
| **5** | **10.00-16.00** | ***Настя*** |
| **6** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Ксюша*** |
| **7** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Катя/Ліля***  |
| **8** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Ксюша/Настя*** |
| **9** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Катя*** |
| **10** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Дарина/Оксана*** |
| **11** | **10.00-16.00** | ***Ксюша*** |
| **12** | **10.00-16.00** | ***Настя*** |
| **13** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Настя/Оксана*** |
| **14** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Ксюша*** |
| **15** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Катя*** |
| **16** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Катя/Настя*** |
| **17** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Ксюша/Ліля***  |
| **18** | **10.00-16.00** | ***Ліля***  |
| **19** | **10.00-16.00** | ***Дарина*** |
| **20** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Настя*** |
| **21** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Ліля***  |
| **22** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Люба/Ксюша*** |
| **23** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Катя/Настя*** |
| **24** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Настя/Оксана*** |
| **25** | **10.00-16.00** | ***Ксюша*** |
| **26** | **10.00-16.00** | ***Настя*** |
| **27** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Оксана/Ліля***  |
| **28** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Дарина/Настя*** |
| **29** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Люба/Ксюша*** |
| **30** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Катя/Оксана*** |

 ***Тренажерный зал Победа***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дата** | **Время** | **Инструктор** |
| **1** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***--------------*** |
| **2** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***----------/--------*** |
| **3** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***----------/--------*** |
| **4** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **5** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **6** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***---------/Ліля***  |
| **7** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***Настя/----------*** |
| **8** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***------------/Оля*** |
| **9** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***Ксюша/----------*** |
| **10** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***------------/Люба*** |
| **11** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **12** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **13** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***-----------/Люба*** |
| **14** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***Люба/----------*** |
| **15** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***-------------/ Ліля***  |
| **16** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***Лєна/----------*** |
| **17** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***-------------/Оля*** |
| **18** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **19** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **20** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***------------/Катя*** |
| **21** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***Настя/---------*** |
| **22** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***-------------/Настя*** |
| **23** | **9.30-15.00/15.00-20.00** | ***Дарина/---------*** |
| **24** | **9.00-15.00/16.00-20.00** | ***-------------/Оля*** |
| **25** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **26** | **10.00-16.00** | ***--------------*** |
| **27** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***-----------/Дарина*** |
| **28** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Ксюша/----------*** |
| **29** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***-----------/Ліля***  |
| **30** | **9.00-15.00/15.00-20.00** | ***Настя/---------*** |