

Расписание занятий (февраль) ЦКЗ «Грация» т. 24-70-89

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
10.00 Каланетика + Пилатес Никитина Елена (по записи)	9.00 DANCE-коррекция (интенсив 3 шпагата) Никитина Елена (по записи)	10.00 Каланетика + Пилатес Никитина Елена (по записи)	9.00 DANCE-пластика+ АВТ Никитина Елена (по записи)	9.00 DANCE-пластика+ Фитнес - MIX Никитина Елена (по записи)	10.15 – 11.00 ЧЕМПИОНИКА (дети от 3 до 7 лет)	10.00 ФИТНЕС- MIX Никитина Елена (по записи)
	10.30 – 11.50 ЦИГУН Вербова Ирина (по записи)		10.30 – 11.50 ЦИГУН Вербова Ирина (по записи)		11.00 FLEXIBILITY Марашова Лена (по записи)	11.00 ХОРЕОГРАФИЯ младшая группа Балахонцева О.М.
16.00 DANCE – MIX + коррекция осанки (подростки 9-14лет) Никитина Елена (по записи)		16.00 DANCE – MIX + коррекция осанки (подростки 9-14лет) Никитина Елена (по записи)	16.15 ХОРЕОГРАФИЯ старшая группа Балахонцева О.М.		12.00 ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦА Марашова Лена (по записи)	12.00 ФУНКЦИОНАЛ Яна (по записи)
17.00 КЛАССИКА дети средней группы Балахонцева О.М.	17.15 – 18.00 ЧЕМПИОНИКА (дети от 3 до 7 лет)	17.00 ХОРЕОГРАФИЯ средн .гр. II состав Балахонцева О.М.		17.00 СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА Вербова Ирина (по записи)	12.00 ХОРЕОГРАФИЯ младшая группа Балахонцева О.М.	13.00 ZUMBA Глинистая Елена (по записи)
18.00 FLEXIBILITY Марашова Лена (по записи)	18.00 MT Кристина (по записи)	18.00 FLEXIBILITY Марашова Лена (по записи)	18.00 MT Кристина (по записи)	18.00 YOGA Вербова Ирина (по записи)	13.00 ФИТНЕС- MIX+ растяжка Никитина Елена (по записи)	14.00 STRETCHING Глинистая Елена (по записи)
19.00 ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦА Марашова Лена (по записи)	19.00 АВТ Яна (по записи)	19.00 ГИМНАСТИКА ДЛЯ ЛИЦА Марашова Лена (по записи)	19.00 АВТ Яна (по записи)	19.00 ЦИГУН Вербова Ирина (по записи)	14.00 BODYCONDITION Красюк Евгения (по записи)	15.30 – 16.30 ХОРЕОГРАФИЯ средн .гр. II состав Балахонцева О.М.
19.00 DANCE-пластика (комплекс) Никитина Елена (по записи)	20.00 YOGA Вербова Ирина (по записи)	19.00 ХОРЕОГРАФИЯ средн. гр. I состав Балахонцева О.М.	20.00 DANCE-коррекция (интенсив 3 шпагата) Никитина Елена (по записи)	20.00 DANCE-пластика (комплекс) Никитина Елена (по записи)	15.00 СУСТАВНАЯ ГИМНАСТИКА Вербова Ирина (по записи)	16.30 – 17.30 ХОРЕОГРАФИЯ средн. гр. I состав Балахонцева О.М.
20.00 ИДЕАЛЬНАЯ ФИГУРА+ растяжка Никитина Елена (по записи)		20.00 MODERN старшая группа Балахонцева О.М.			16.00 DANCE-пластика+ АВТ Никитина Елена (по записи)	17.30 – 19.00 MODERN старшая группа Балахонцева О.М.
18.00 – 21.00 АКВААЭРОБИКА		18.00 – 21.00 АКВААЭРОБИКА				19.00 DANCE-коррекция (интенсив 3 шпагата) Никитина Елена (по записи)

