

Расписание групповых программ зала «Функционального тренинга» на Март 2024 г

Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
07:30	\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		
08:00		\$ TRX Балобанов М.		\$ TRX Балобанов М.			
09:00		\$ «Cross-Junior» (14-17 лет) Марков А.		\$ «Cross-Junior» (14-17 лет) Марков А.			
10:00							
11:30	\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		
15:00							
16:00							
17:00	«Beautiful Woman» Денис С.		«Beautiful Woman» Денис С.		«Beautiful Woman» Денис С.		
	\$ «Cross-Junior» (14-17 лет) Марков А.		\$ «Cross-Junior» (14-17 лет) Марков А.		\$ «Cross-Junior» (14-17 лет) Марков А.		
18:00	CrossFit Lady \$ Марина Рухляева	NO PROBLEM \$ Ирина Иванова	CrossFit Lady \$ Марина Рухляева	NO PROBLEM \$ Ирина Иванова	CrossFit Lady \$ Марина Рухляева		
	\$ «Функциональный тренинг» Русских Ксения	FUNCTIONAL MIX \$ Марина Рухляева	\$ «Функциональный тренинг» Русских Ксения	FUNCTIONAL MIX \$ Марина Рухляева	\$ «Функциональный тренинг» Русских Ксения		
19:00	\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев	\$ CrossFit «с нуля» Алексей Рухлядев	\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев	\$ CrossFit «с нуля» Алексей Рухлядев	\$ CROSSFIT Алексей Рухлядев		
		NO PROBLEM \$ Ирина Иванова		NO PROBLEM \$ Ирина Иванова			