|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **ВЕРХНИЙ ЗАЛ** | | | | | |
| ПОНЕДЕЛЬНИК | ВТОРНИК | СРЕДА | ЧЕТВЕРГ | ПЯТНИЦА | СУББОТА |
| **8:00** |  |  |  |  |  |  |
| **9:00** |  |  |  |  |  |  |
| **10:00** |  |  |  |  |  |  |
| **11:00** |  |  |  |  |  |  |
| **12:00** |  |  |  |  |  |  |
| **13:00** |  |  |  |  |  |  |
| **14:00** |  |  |  |  |  |  |
| **15:00** |  |  |  |  |  |  |
| **16:00** |  |  |  |  |  |  |
| **16:30** |  |  |  |  |  |  |
| **17:30** | **Здоровая спина**  **Гора Екатерина** | **Функциональный**  **Тренинг**  **Гора Екатерина** | **Функциональный**  **Тренинг**  **Гора Екатерина** | **Функциональный**  **Тренинг**  **Гора Екатерина** | **Аэробика**  **Гора Екатерина** |  |
| **18:30** | **Функциональный трениг**  **Гора Екатерина** | **Аэробика**  **Гора Екатерина** | **Стретчинг**  **Гора Екатерина** | **Аэробика**  **Гора Екатерина** | **Функциональный трениг**  **Гора Екатерина** |  |
|  | **Кундалини Йога**  **Билокур Мария** | **Кундалини Йога**  **Билокур Мария** |  |
|  |  |
|  |  |
| **20:00** | **Стретчинг**  **Гора Екатерина** | **Здоровая спина**  **Гора Екатерина** | **Здоровая спина**  **Гора Екатерина** | **Функциональный**  **Тренинг**  **Гора Екатерина** | **Стретчинг**  **Гора Екатерина** |  |
|  |
|  |
| ПЕРВОЕ ЗАНЯТИЕ БЕСПЛАТНО! **+7 (925) 802 98 86 | synergysport.ru | Ленинградский проспект, д. 80 к 1** | | | | | | |

**Гора Екатерина**

**Профессиональный инструктор по фитнесу с большим стажем работы**

**Билокур Мария**

**Тренер - Билокур Мария. Занимается йогой с 2009 года, C 2014 преподаёт кундалини йогу в традиции Йоги Бхаджана С 2017 преподаёт хатха йогу.**