ՖԻԹՆԵՍ ՍԱՐՁՈՒՄՆԵՐԻ ԺԱՄԱՆԱԿԱՑՈՒՅՑ

GRAND SPORT

Ժամեր	Երկուշաբթի	Երեքշաբթի	Չորեքշաբթի	Հինգշաբթի	Ուրբաթ	Շաբաթ
10:00	**STRETCHING** Էլզա		**STRETCHING** Էլզա		**STRETCHING** Էլզա	**STEP** Մերի
11:00	**ZUMBA** Ռուբեն	**FIT DANCE** Ռուբեն	**ZUMBA** Ռուբեն	**FIT DANCE** Ռուբեն	**ZUMBA** Ռուբեն	**ABS & LEGS** Ռիմա
12:00	**STEP** Մերի	**BODY STRENGTH** Ռուբեն	**STEP** Մերի	**BODY STRENGTH** Ռուբեն	**STEP** Մերի	**TOTAL BODY POWER** Ռիմա
12:15	**SPINNING** Սվետլանա		**SPINNING** Դավիթ		**SPINNING** Դավիթ	
13:00	**STRETCHING-PILATES** Անահիտ		**STRETCHING-PILATES** Ռիմա		**STRETCHING-PILATES** Անահիտ	
13:00	**MIX AQUA FITNESS** Մերի	**AQUA CARDIO** Մելինե	**MIX AQUA FITNESS** Մերի	**AQUA CARDIO** Մելինե	**MIX AQUA FITNESS** Մերի	**STRETCHING** Ռիմա
14:00		**TOTAL BODY POWER** Մերի		**TOTAL BODY POWER** Մերի		
14:30	**SPINE STRETCH** Մերի		**SPINE STRETCH** Մերի		**SPINE STRETCH** Մերի	**FIT DANCE** Էլզա
15:00				**KANGOO JUMPS** Էլզա		**STRETCHING** Էլզա
16:00				**STRETCHING** Էլզա		
17:00	**FITNESS YOGA** Նունե		**FITNESS YOGA** Նունե		**FITNESS YOGA** Նունե	
18:30	**SPINNING** Դավիթ	**SYNRGY360** Սվետլանա	**SPINNING** Սվետլանա	**SYNRGY360** Սվետլանա	**CORE CYCLE** Դավիթ	
18:45	**FITNESS YOGA** Նունե	**ABS & LEGS** Մելինե	**FITNESS YOGA** Նունե	**ABS & LEGS** Մելինե	**FITNESS YOGA** Նունե	
19:15		**SPINNING** Սվետլանա	**SYNRGY360** Սվետլանա	**SPINNING** Տիգրան		
19:45	**AQUA AEROBICS** Նունե	**STRETCHING** Մելինե	**AQUA AEROBICS** Նունե	**STRETCHING** Մելինե	**AQUA AEROBICS** Նունե	
20:00	**ZUMBA** Ռուբեն		**ZUMBA** Ռուբեն		**ZUMBA** Ռուբեն	
20:00			**SPINNING** Սվետլանա			

ԿԱՆԱՆՑ ԺԱՄ. 12:00-ից 14:00-ն, բացի շաբաթ և կիրակի օրերից միայն 25մ լողավազանում և ֆիթնեսի սրահներում:
ԱՇԽԱՏԱՆՔԱՅԻՆ ԺԱՄԵՐ. երկուշաբթիից շաբաթ 07:00-22:00, կիրակի՝ 07:30-21:30: