



ВЗРОСЛЫЕ СЕКЦИИ СЕНТЯБРЬ

(*возможно внесение корректировок)

	возраст	день, время	тренер
Танцуй со мной (для ЧК)	18+	ПТ 19:00-20:00 (<u>предв. запись</u>)	Старостина Марина
Strong Body	18+	СР 19:00-20:00, ВС 11:30-12:30 (<u>предв. запись</u>)	Старостина Марина
		разовое занятие в рамках расписания	
Йога для беременных (от 3-х человек)	18+	СР, ПТ 19:00-20:00 (<u>предв. запись</u>)	Иванова Евгения
		разовое занятие в рамках расписания	
Здоровый позвоночник (от 3-х человек)	18+	ВТ 19:00-20:30 (<u>предв. запись</u>)	Онищук Надежда
		разовое занятие в рамках расписания	
Плавание	18+	ПН, ЧТ 22:00	Сурков Арсений
		разовое занятие в рамках расписания	
ЕДИНОБОРСТВА			
Карате Фудокан/Кобудо	с 15 лет	СР, ПТ 20:00-21:00 ВС 12:00-13:00	Петрова Анастасия
	кобудо	ВС 14:00-15:00	
		разовое занятие в рамках расписания	
Карате сетокан	14+	ПН, ЧТ 19:00-20:30	Нечипоренко Михаил
		разовое занятие в рамках расписания	
Кикбокс	16+	ВС 13:00-14:00	Шерстнев Евгений
		разовое занятие в рамках расписания	
Рукопашный бой	12+	ВТ, ЧТ 17:30-18:30	Алиференко Игорь
		разовое занятие в рамках расписания	
АКРОБАТИЧЕСКАЯ ДОРОЖКА PRO + БАТУТ			
Акробатическая дорожка PRO + батут	16+	ПН, СР, ПТ 20:30-22:00 (<u>предв. запись</u>)	Вахнев Константин
		разовое занятие в рамках расписания	
ИГРОВЫЕ ВИДЫ СПОРТА			
Волейбол	18+	СР, ПТ 21:00-23:00 (<u>предв. запись, группа от 8 человек</u>)	Костров Андрей
		разовое занятие в рамках расписания	
ГТО			
ГТО	18+	ЧТ 18:30 суша (ОФП, растяжка) 19:15 вода (AquaBasic) СБ 16:00 суша (бег, велосипед) 16:45 вода (AquaBasic) <u>(предвар. запись)</u>	Черныш Павел

Набор в детские секции осуществляется по предварительной записи у менеджеров клуба по телефону (812) 313-22-23

или Вы можете оставить заявку на сайте www.taurasfitness.ru

Уважаемые клиенты, Вы можете посетить пробные занятия в любые 3 направления, кроме:

Плавание, Мать и дитя, Аквамама, СПОРТШКОЛА, ГТО

Стоимость пробного занятия составляет 500 рублей.

Оплата разовых посещений возможна только в группы длительностью 60 минут