

# ПРОГРАМА

Часовете са подходящи, както за начинаещи, така и за напреднали!

| Час/Ден | ПОНЕДЕЛНИК                    | ВТОРНИК  | СРЯДА   | ЧЕТВЪРТЪК  | ПЕТЪК  | СЪБОТА                   | НЕДЕЛЯ  |
|---------|-------------------------------|--|---|--|--|--------------------------|---|
| 08:00   |                               |  |   |  |  |                          |   |
| 09:00   |                               | KANGOO JUMPS<br>09:00-10:00 ●                      |   | KANGOO JUMPS<br>09:00-10:00 ●                      |  |                          |   |
| 10:00   |                               |  |   |  |  | Пилатес<br>10:00-10:50 ● | Йога / Стречинг<br>10:00-10:50 ●                            |
| 11:00   |                               |  |   |  |  |                          | KANGOO JUMPS<br>функционална<br>тренировка<br>11:00-12:00 ● |
| 12:00   |                               |  |   |  |  |                          | ТАБАТА<br>12:10-12:50 ●                                     |
| 13:00   |                               |  |   |  |  |                          |   |
| 14:00   |                               |  |   |  |  |                          |   |
| 17:00   |                               | ТАБАТА<br>17:15-17:55 ●                            |   | ТАБАТА<br>17:15-17:55 ●                            |  |                          |   |
| 18:00   | Пилатес<br>18:00-18:55 ●      | KANGOO JUMPS<br>18:00-19:00 ●                      | Пилатес<br>18:00-18:55 ●                                    | KANGOO JUMPS<br>18:00-19:00 ●                      | Port De Bras<br>18:00 - 18:50<br><b>СКОРО!!!</b> |                          |   |
| 19:00   | KANGOO JUMPS<br>19:00-20:00 ● | FIT JUMPING<br>19:05-20:00 ●                       | KANGOO JUMPS<br>функционална<br>тренировка<br>19:00-20:00 ● | FIT JUMPING<br>19:05-20:00 ●                       | KANGOO JUMPS<br>19:00-20:00 ●                    |                          |   |
| 20:00   |                               | POWER FIT<br>Възобновява се<br>през м. Септември ● | ТАБАТА<br>20:05-20:45 ●                                     | POWER FIT<br>Възобновява се<br>през м. Септември ● |  |                          |   |