



LESTA FIGHT & FITNESS CLUB

РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

	Большой зал						Малый зал							
	Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.		Пн.	Вт.	Ср.	Чт.	Пт.	Сб.	
								Йога		Йога		Йога		9:30-10:30
11:00-12:30						Бокс 12+			Капоэйра		Капоэйра		Айкидо	11:00-12:30
12:30-14:30						Бокс 6+								
14:30-16:30						Бокс 18+								
16:30-18:00	Муай тай К-1 12+	Бокс 12+	Муай тай К-1 12+	Бокс 12+	Муай тай К-1 12+								Капоэйра	16:00-17:00
18:00-20:00	Муай тай К-1 6+	Бокс 6+	Муай тай К-1 6+	Бокс 6+	Муай тай К-1 6+			Айкидо			Айкидо		Айкидо	17:00-18:30
20:00-22:00	Муай тай К-1 18+	Бокс 18+	Муай тай К-1 18+	Бокс 18+	Муай тай К-1 18+			Капоэйра			Капоэйра			18:30-19:30
								Капоэйра			Капоэйра			19:30-20:30
							20:00-21:00	Аэробика	Муай тай	Аэробика	Муай тай	Аэробика	Муай тай	20:30-22:30