

Расписание занятий в X-Fit Ак Барс

\$ — Фан-клуб на платной основе 🌱 — Новинка

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
Зал Спортивных Игр ФАН КЛУБ по Бадминтону 09:00 / 60 мин \$ 🌱	БАСЕЙН INTERMEDIATE 09:00 / 45 мин	Зал №2 YOGA 09:00 / 90 мин	Зал №1 X-TOTAL PRO 10:00 / 55 мин 🌱	БАСЕЙН LOW CORE 09:00 / 45 мин	Зал №2 YOGA 09:00 / 90 мин	OUTDOOR TRIATLON / CROSS TRAINING 09:00 / 60 мин 🌱
Зал №2 YOGA 09:00 / 90 мин	Зал №1 LOW CORE 10:00 / 55 мин	OUTDOOR RUNNING 09:00 / 60 мин	БАСЕЙН INTERMEDIATE 11:00 / 45 мин	Зал №2 YOGA 09:00 / 90 мин	3-6 ЛЕТ БАСЕЙН МАЛЮТКА 09:45 / 30 мин \$	Зал №1 LOW CORE 10:00 / 55 мин
Зал №1 X-TOTAL PRO 10:00 / 55 мин 🌱	1-3 года БАСЕЙН МАЛЮТКА 10:15 / 45 мин	Сайкл Студия X-RACE AIR 10:00 / 45 мин	Зал №1 STREET FIGHT 11:00 / 55 мин 🌱	3-6 ЛЕТ Зал №1 PILATES MAT 10:00 / 55 мин	3-6 лет Зал Фитнес Групп X-GYMNASTICS 10:00 / 60 мин \$ 🌱	3-6 лет ДЕТ.ЗАЛ Волшебная Тропинка 10:30 / 45 мин 🌱
3-6 ЛЕТ ДЕТ.СТУДИЯ САМОДЕЛКИН 11:00 / 30 мин	8мес.-3 года БАСЕЙН LOW CORE 11:00 / 45 мин	БАСЕЙН ATLETICA 11:00 / 45 мин	Зал №1 DANCE MIX 12:00 / 55 мин	Сайкл Студия X-RACE AIR 11:00 / 45 мин	Зал №1 BODY&MIND 10:00 / 55 мин 🌱	7-10 ЛЕТ Зал №1 INTRO 11:00 / 55 мин
Сайкл Студия X-RACE AIR 11:00 / 45 мин	Зал №1 FLEX FIT 11:00 / 55 мин 🌱	Зал №1 X-PUMP 11:00 / 55 мин	Зал №1 LOW CORE 13:00 / 55 мин	БАСЕЙН LOW CORE 11:00 / 45 мин	5-8 ЛЕТ Зал Спортивных Игр БАДМИНТОН 10:00 / 45 мин \$	БАСЕЙН LOW CORE 11:00 / 45 мин
БАСЕЙН ATLETICA 11:00 / 45 мин	Зал №1 STREET FIGHT 12:00 / 55 мин	3-6 лет ДЕТ.СТУДИЯ ОКРУЖАЮЩИЙ МИР 11:00 / 30 мин	БАСЕЙН BODY ROCK 13:15 / 45 мин	3-6 ЛЕТ ДЕТ.СТУДИЯ СКАЗКА 11:00 / 30 мин 🌱	БАСЕЙН INTRO 10:15 / 45 мин	11-14 ЛЕТ Зал №1 X-PUMP 12:00 / 55 мин
11-14 лет ДЕТ.СТУДИЯ FITBALL 11:00 / 55 мин 🌱	Зал №1 BODY&MIND 13:00 / 55 мин 🌱	Зал №1 DANCE MIX / LADY'S 12:00 / 55 мин	Зал №1 FLEX FIT 14:00 / 55 мин 🌱	Зал №1 X-PUMP 12:00 / 55 мин	3-6 лет Зал Фитнес Групп Мир Мяча 10:30 / 60 мин 🌱	7-10 лет ДЕТ.ЗАЛ SPORT CLASS 13:00 / 45 мин 🌱
Зал №1 BELLY DANCE 12:00 / 55 мин	БАСЕЙН BODY FIT 13:15 / 45 мин	Зал №1 PILATES ADV 13:00 / 55 мин	БАСЕЙН HEART PRO 15:15 / 45 мин	ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ММА 13:00 / 60 мин 🌱	Сайкл Студия X-RACE AIR 11:00 / 45 мин	Зал №1 FLEX FIT 13:00 / 55 мин
11-14 ЛЕТ Зал №1 X-PUMP 13:00 / 55 мин	11-14 лет ДЕТ.ЗАЛ YOGA 16:30 / 55 мин	БАСЕЙН HEART PRO 13:15 / 45 мин	3-6 лет ДЕТ.СТУДИЯ ЗДОРОВЫЙ МАЛЫШ 17:00 / 30 мин	OUTDOOR HARMONY DODY 13:00 / 60 мин 🌱	3-4 года БАСЕЙН КАПИТОШКИ 11:30 / 30 мин	7-10 ЛЕТ БАСЕЙН HEART PRO 13:15 / 45 мин

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
БАСЕЙН HEART PRO 13:15 / 45 мин	7-10 лет Зал Фитнес Групп YOGA 17:30 / 45 мин	8-10 лет БАСЕЙН КОСАТКИ 15:00 / 45 мин	Зал №1 X-PUMP 18:00 / 55 мин	11-14 лет БАСЕЙН NOODLES PRO 13:15 / 45 мин	БАСЕЙН BODY ROCK 11:45 / 45 мин	11-14 лет БАСЕЙН АКУЛЫ 13:15 / 45 мин
Зал №1 FLEX FIT 14:00 / 55 мин	3-6 лет ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ЗДОРОВЫЕ 17:30 / 30 мин	8-10 лет Зал Спортивных Игр ФАН КЛУБ по 16:00 / 60 мин	5-7 лет БАСЕЙН ДЕЛЬФИНЫ 18:00 / 45 мин	7-10 лет Зал Спортивных Игр ФАН КЛУБ по 16:00 / 60 мин	7-14 лет Зал №2 DANCE MIX 12:00 / 55 мин	Зал №1 ZUMBA DANCE 14:00 / 55 мин
БАСЕЙН HEART PRO 15:15 / 45 мин	OUTDOOR HARMONY DODY 18:00 / 60 мин	7-10 лет Зал Фитнес Групп SPORT CLASS 17:00 / 45 мин	Зал №2 LOW CORE 18:00 / 55 мин	11-14 лет ДЕТ.ЗАЛ Play Time 17:00 / 30 мин	8-10 лет Зал №1 ATLETICA 12:00 / 55 мин	11-14 лет ДЕТ.ЗАЛ BODY STRETCH 14:00 / 55 мин
7-10 лет ДЕТ.ЗАЛ DANCE MIX 17:00 / 45 мин	11-4 лет Зал Фитнес Групп GTO 18:00 / 55 мин	3-6 лет ДЕТ.ЗАЛ Волшебная тропинка 17:30 / 30 мин	БАСЕЙН NOODLES PRO 18:30 / 45 мин	3-6 лет ДЕТ.ЗАЛ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ 18:00 / 55 мин	7-10 лет Зал №1 PILATES MAT 13:00 / 55 мин	Зал №1 ZUMBA DANCE 15:00 / 55 мин
5-14 лет Сайкл Студия X-GRAVITY KIDS 17:45 / 45 мин	3-6 ЛЕТ Зал №1 X-TOTAL PRO 18:00 / 55 мин	3-6 лет Зал Фитнес Групп YOGA 18:00 / 30 мин	Зал Спортивных Игр ФУТБОЛ 19:00 / 90 мин	Зал №1 X-TOTAL PRO 18:00 / 55 мин	8-10 лет БАСЕЙН КОСАТКИ 13:15 / 45 мин	5-14 лет Зал Спортивных Игр ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ 16:00 / 60 мин
3-6 ЛЕТ ДЕТ.ЗАЛ ЗАРЯДКА 18:00 / 30 мин	11-14 ЛЕТ БАСЕЙН КАПИТОШКИ 18:00 / 45 мин	7-10 лет Зал Фитнес Групп BODY STRETCH 18:00 / 45 мин	Зал №1 INTRO 19:00 / 55 мин	7-10 лет ДЕТ.ЗАЛ FUNCTIONAL 18:00 / 55 мин	7-10 лет Зал Фитнес Групп FITBALL 14:00 / 60 мин	Зал Спортивных Игр ВОЛЕЙБОЛ 18:00 / 90 мин
5-7 лет Зал Спортивных Игр ФУТБОЛ 18:00 / 60 мин	3-4 года БАСЕЙН LOW CORE 18:30 / 45 мин	7-10 ЛЕТ Зал №2 PILATES MAT 18:00 / 55 мин	Сайкл Студия X-RACE PRO 19:00 / 55 мин	7-14 лет БАСЕЙН BODY FIT 18:30 / 45 мин	7-14 ЛЕТ БАСЕЙН INTERMEDIATE 15:15 / 45 мин	4-7 лет Зал Фитнес Групп РОЗОВАЯ 18:00 / 60 мин
5-7 лет БАСЕЙН ДЕЛЬФИНЫ 18:00 / 45 мин	3-6 лет Зал Фитнес Групп БАЛЕТНЫЕ 18:30 / 45 мин	Зал №1 ATLETICA 18:00 / 55 мин	ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ BOXING 19:00 / 60 мин	с 4 лет ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ТХЕКВОНДО 19:00 / 60 мин	5-14 летлет Зал Спортивных Игр ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ 16:00 / 60 мин	Зал Спортивных Игр ФУТБОЛ 20:30 / 90 мин
Зал №2 LOW CORE 18:00 / 55 мин	Сайкл Студия X-RACE AIR 19:00 / 45 мин	6-14 лет Зал Фитнес Групп ACROBATIC DANCE 18:15 / 60 мин	Зал №2 YOGA 19:00 / 90 мин	3-6 лет Зал №2 BODY&MIND 19:00 / 55 мин	7-14 лет Зал Фитнес Групп BODY STRETCH 17:00 / 60 мин	
1-3 года Зал Фитнес Групп МАЛЮТКА 18:00 / 30 мин	Зал №2 STEP ADV 19:00 / 55 мин	БАСЕЙН BODY FIT 18:30 / 45 мин	3-6 лет Зал Фитнес Групп БАЛЕТНЫЕ 19:00 / 45 мин	3-6 лет ДЕТ.ЗАЛ Happy English 19:00 / 45 мин	5-7 лет Зал Спортивных Игр ФУТБОЛ 17:00 / 60 мин	

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
3-6 ЛЕТ Зал №1 ATLETICA 18:00 / 55 мин 🌀	Зал Спортивных Игр ВОЛЕЙБОЛ 19:00 / 90 мин	11-14ЛЕТ ДЕТ.ЗАЛ CYCLE 18:30 / 55 мин 🌀	3-6 ЛЕТ Зал Фитнес Групп ЗДОРОВЫЕ 19:00 / 30 мин \$	5-14 лет Зал Фитнес Групп РОЛИКИ 19:30 / 45 мин \$🌀	5-7 лет Зал Спортивных Игр ФУТБОЛ 18:00 / 60 мин \$🌀	
5-14 лет Зал Фитнес Групп РОЛИКИ 18:30 / 60 мин \$🌀	Зал №1 X-PUMP 19:00 / 55 мин	Зал №1 LOW CORE 19:00 / 55 мин	6-14 лет Зал Фитнес Групп АСРОБАТИК DANCE 19:00 / 60 мин \$🌀	ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ММА 20:00 / 60 мин	3-6 ЛЕТ ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ФАН КЛУБ по 19:00 / 60 мин \$	
1-3 года БАССЕЙН ATLETICA 18:30 / 45 мин	3-6 лет ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ММА 19:00 / 60 мин	Зал №2 STEP FIT 19:00 / 55 мин	БАССЕЙН HEART PRO 19:15 / 45 мин	1-3 года Зал Спортивных Игр БАСКЕТБОЛ 20:30 / 90 мин		
5-14 лет Сайкл Студия X-RACE AIR 19:00 / 45 мин	БАССЕЙН BODY ROCK 19:15 / 45 мин	с 4 лет ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ТХЕКВОНДО 19:00 / 60 мин \$	Зал №1 FLEX FIT 20:00 / 55 мин 🌀			
Зал №2 DANCE MIX 19:00 / 55 мин	Зал №1 PILATES MAT 20:00 / 55 мин 🌀	БАССЕЙН LOW CORE 19:15 / 45 мин	Зал Спортивных Игр ВОЛЕЙБОЛ 20:30 / 90 мин			
3-6 лет Зал Фитнес Групп HAPPY ENGLISH 19:00 / 60 мин \$	Зал Спортивных Игр ФУТБОЛ 20:30 / 90 мин	Зал №2 YOGA 20:00 / 90 мин	ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ФАН КЛУБ по ЕДИН 21:00 / 60 мин \$			
Зал №1 X-TOTAL PRO 19:00 / 55 мин 🌀		ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ KICK BOXING 20:00 / 60 мин				
с 4 лет ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ ТХЕКВОНДО 19:00 / 60 мин \$		Зал Спортивных Игр БАСКЕТБОЛ 20:30 / 90 мин				
БАССЕЙН LOW CORE 19:15 / 45 мин						
Зал №1 FLEX FIT 20:00 / 55 мин 🌀						

Понеделник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
ЗАЛ ЕДИНОБОРСТВ BOXING 20:00 / 60 мин						