

**РАСПИСАНИЕ С 22 НОЯБРЯ**

**МОСКОВСКИЙ ПРОСПЕКТ 116В, "ПОЛЯРНАЯ ЗВЕЗДА" , ПРАВЫЙ ВХОД, 3 ЭТ., МОБ. +7(920)450-05-85**

|                                                                                                                                        | Понедельник              |               | Вторник                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |               | Среда                     |               | Четверг                         |               | Пятница                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |               | Суббота                  |               | Воскресенье           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------|---------------|---------------------------------|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------------------|---------------|-----------------------|
| 7.20-8.20                                                                                                                              |                          | 7.20-8.20     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 7.20-8.20     |                           | 7.20-8.20     |                                 | 7.20-8.20     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 7.20-8.20     | ТОЛЬКО 27.11.            | 7.20-8.20     |                       |
| 8.30-9.25                                                                                                                              |                          | 8.30-9.25     | Pilates<br>Надежда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | 8.30-9.25     | Dinamic stretch<br>Оксана | 8.30-9.25     | Pilates<br>Надежда              | 8.30-9.25     | Dinamic stretch<br>Оксана                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 8.30-9.25     | ТРЕНЕРЫ<br>В МСК         | 8.30-9.25     |                       |
| 9.30-10.30                                                                                                                             | Portdebras<br>Надежда    | 9.30-10.30    | Barre<br>Надежда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 9.30-10.30    | Zumba fitness<br>Оксана   | 9.30-10.30    | Barre<br>Надежда                | 9.30-10.30    | Zumba fitness<br>Оксана                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 9.45-10.45    | Portdebras<br>Надежда    | 9.45-10.45    |                       |
| 10.30-11.15                                                                                                                            | Barre<br>Надежда         | 10.30-11.15   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 10.30-11.15   |                           | 10.30-11.15   |                                 | 10.30-11.15   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 10.50-11.30   | Barre<br>Надежда         | 10.50-11.30   |                       |
| 11.30-12.20                                                                                                                            |                          | 11.30-12.20   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 11.30-12.20   |                           | 11.30-12.20   |                                 | 11.30-12.20   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 11.30-12.20   | НА ОБУЧЕНИИ              | 11.00-12.00   | Zumba<br>Лапка Оксана |
| 12.30-13.30                                                                                                                            |                          | 12.30-13.30   | Персонально<br>Надежда (Марина)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 12.30-13.30   |                           | 12.30-13.30   | Персонально<br>Надежда (Марина) | 12.30-13.30   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 12.00-13.00   | Strong-nation<br>Надежда | 12.30-13.30   |                       |
| 14.00-15.00                                                                                                                            |                          | 14.00-15.00   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 14.00-15.00   |                           | 14.00-15.00   |                                 | 14.00-15.00   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 14.00 - 15.00 |                          | 14.00 - 15.00 |                       |
| 15.00-16.00                                                                                                                            |                          | 15.00 - 16.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 15.00 - 16.00 |                           | 15.00 - 16.00 |                                 | 15.00 - 16.00 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 15.00 - 16.00 |                          | 15.00 - 16.00 |                       |
| 16.00-17.00                                                                                                                            |                          | 16.00-17.00   | Sculpt burn<br>Надежда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 16.00-17.00   | Персонально<br>Ануш       | 16.00-17.00   | Sculpt burn<br>Надежда          | 16.00-17.00   | Персонально<br>Ануш                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 16.00-17.00   |                          | 16.00-17.00   |                       |
| 17.15-18.15                                                                                                                            | Персонально<br>Людмила   | 17.15-18.15   | Portdebras<br>Надежда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 17.15-18.15   | Персонально<br>Людмила    | 17.15-18.15   | Portdebras<br>Надежда           | 17.15-18.15   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 17.15-18.15   |                          | 17.15-18.15   |                       |
| 18.20-19.05                                                                                                                            | Pilates<br>ONLINE        | 18.20-19.05   | ZUMBA<br>ONLINE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 18.20-19.05   | Portdebras<br>ONLINE      | 18.20-19.05   | ZUMBA<br>ONLINE                 | 18.00-19.00   | Zumba fitness<br>Надежда                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | 18.20-19.05   |                          | 18.20-19.05   |                       |
| 19.10-20.05                                                                                                                            | Zumba fitness<br>Надежда | 19.10-20.05   | Strong nation<br>Мария                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 19.10-20.05   | Zumba fitness<br>Надежда  | 19.10-20.05   | 45/15<br>Мария                  | 19.00-20.30   | Детские<br>Группы 7-9 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | 19.10-20.05   |                          | 19.10-20.05   |                       |
| 20.20-21.30                                                                                                                            | Portdebras<br>Надежда    | 20.20-21.30   | Dinamic stretch<br>Мария                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | 20.20-21.30   | Portdebras<br>Надежда     | 20.20-21.30   | Dinamic stretch<br>Мария        | 20.30-21.30   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | 20.20-21.30   |                          | 20.20-21.30   |                       |
| <b>условия посещения:</b><br>- по записи через сайт или <b>мобильное приложение</b> - по единым абонементом.<br><u>От 2-х человек.</u> |                          |               | <b>СТОИМОСТЬ ПОСЕЩЕНИЙ :</b><br><b>РАЗОВАЯ ТРЕНИРОВОКА- 400 РУБ.</b><br><b>АБОНЕМЕНТ НА 10 ПОСЕЩЕНИЙ – 3500Р.(СРОК ДЕЙСТВИЯ – 50 ДНЕЙ)</b><br><b>БЕЗЛИМИТ 3 МЕСЯЦА - 7000 руб. (без ограничения по количеству)</b><br><u>Как добавить себе еще занятия?</u><br>Если с вами пришла подруга и купила абонемент вам +1 тренировки.<br>Подруге скидка 10%.<br>Если вы посещаете по две тренировки сразу, и реализовали свои 10 занятий в срок 30 календарных дней, то вам + 2 тренировки.                                                                          |               |                           |               |                                 |               | <b>Отдельные условия:</b><br>Первый визит по предварительной записи – 300 руб.<br>Бесплатное посещение возможно по сертификату на пробную тренировку.<br>- Посещения без абонемент два подряд – 550р.<br>-                                                                                                                               |               |                          |               |                       |
|                                                                                                                                        |                          |               | <b>ЛОЯЛЬНОСТЬ И БОНУСЫ</b><br><b>10% ОТ "БАЗОВОГО" ТАРИФА ЗА "ИСПРАВНЫЕ ПОСЕЩЕНИЯ" - КТО ПОСЕЩАЕТ УЖЕ НАШИ ТРЕНИРОВКИ И ПРИОБРЕТАЛ БОЛЕЕ 2-Х АБОНЕМЕНТОВ.</b><br>(Считаем и округляем : 3500-10% = <b>3150р.</b> )<br><b>20% ОТ "БАЗОВОГО" ТАРИФА - СТУДЕНТЫ, И ДЕВУШКИ В ПРЕКРАСНОМ ВОЗРАСТЕ 50+.</b><br>(Считаем и округляем : 3500-20%= <b>2800 р.</b> )<br><b>25%ОТ "БАЗОВОГО" ТАРИФА - ДЕВУШКИ 60+ (лет). и мастера бьюти-индустрии</b><br>(массажист, бровист, визажист,парикмахер,мастер маникюра).<br>(Считаем и округляем : 3500-25%= <b>2650р.</b> ) |               |                           |               |                                 |               | <b>Детские АБОНЕМЕНТЫ:</b><br>Первый визит по предварительной записи – 200 руб.<br><b>Абонемент на 10 занятий - 2800 р. (срок действия 50 дней).</b><br><b>2200 р. , если мама занимается у нас.</b><br><b>ОНЛАЙН ДОСТУП к странице инстаграмм</b><br><b>1200р месяц. Все тренировки сохраняются .</b><br><b>Пробный 400 р на 3 дня.</b> |               |                          |               |                       |