АЯКС

СПОРТЕН ЦЕНТЪР

0879 16 19 16 WWW.AJAX-SPORT.COM

АКТУАЛНА СЕДМИЧНА ПРОГРАМА

ПОНЕДЕЛНИК		ВТОРНИК		СРЯДА		ЧЕТВЪРТЪК		ПЕТЪК		СЪБОТА		НЕДЕЛЯ
INTERVAL/FULL BODY TRAINING/ TABATA	8:30			INTERVAL/FULL BODY TRAINING/ TABATA	8:30		8:30	INTERVAL/FULL BODY TRAINING/ TABATA			8:30	
КИК БОКС	9:00	FREESTYLER	NEW	КИК БОКС	9:00		9:00	FREESTYLER	NEW	УШУ ЗА ДЕЦА	9:00	УШУ ЗА ДЕЦА
	9:00	KANGOO JUMPS			9:00	KANGOO JUMPS	9:00	КИК БОКС		BODY SCULPTING	9:00	
	10:30				10:30		10:30				10:00	KANGOO JUMPS
	11:00				11:00		11:00			MUAY THAI	11:00	ЕНЕРГИЙНА ГИМНАСТИКА
	13:00				13:00		13:00			МОДЕРЕН БАЛЕТ / ДО 17:00 Ч./	11:00	МОДЕРЕН БАЛЕТ /ДО 17:00 Ч./
MUAY THAI	15:30			MUAY THAI	15:30		15:30	MUAY THAI			15:30	
	16:00	БОКС /КРАСИ ВАСИЛЕВ/			16:00	БОКС /КРАСИ ВАСИЛЕВ/	16:00				16:00	БОКС /КРАСИ ВАСИЛЕВ/
УШУ ЗА ДЕЦА	16:30			УШУ ЗА ДЕЦА	16:30		16:30				16:30	
	17:00				17:00		17:00			ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА	17:00	ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА
FREESTYLER	17:30	MULTIFUNCTIONAL and *FREESTYLER* TRAINING			17:30	TABATA	17:30	FREESTYLER		ПИЛАТЕС	17:00	АНТИЦЕЛУЛИТНА ГИМНАСТИКА
КАЛАНЕТИКА	17:30	KARATE KYOKUSHIN /ЗА ДЕЦА ОТ 4 ДО 9 ГОДИНИ/		КАЛАНЕТИКА	17:30	KARATE KYOKUSHIN /ЗА ДЕЦА ОТ 4 ДО 9 ГОДИНИ/	17:30	КАЛАНЕТИКА			17:30	
ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА / 5-8 год/	17:30			ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА / 5-8 год/	17:30		17:30	ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА / 5-8 год/		ВЪЗДУШНА АКРОБАТИКА	18:00	ВЪЗДУШНА АКРОБАТИКА
	18:15	КАЛАНЕТИКА			18:15	КАЛАНЕТИКА				KANGOO JUMPS	18:00	BODY BAR and *FREESTYLER* TRAINING
PULSE and POWER HIIT	18:30						18:30	PULSE and POWER HIIT			18:15	
KANGOO JUMPS	18:30	TABATA		KANGOO JUMPS	18:30	BODY SCULPTING	18:30	KANGOO JUMPS			18:30	
ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА	18:30			ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА	18:30		18:30	ВЪЗД.АКРОБАТИКА ЗА ДЕЦА			19:00	
ВЪЗДУШНА АКРОБАТИКА	19:30	FIT BODY MAX		ВЪЗДУШНА АКРОБАТИКА	19:30	FIT BODY MAX	19:30	УШУ ЗА ДЕЦА			19:30	
BODY BAR	19:30	KARATE KYOKUSHIN /ЗА МАЛКИ ОТ 10 г И ГОЛЕМИ/		BODY WEIGHT - TRX	19:30	KARATE KYOKUSHIN /ЗА МАЛКИ ОТ 10 г И ГОЛЕМИ/	19:30	KARATE KYOKUSHIN /ЗА МАЛКИ ОТ 10 г И ГОЛЕМИ/			19:30	