



ALPHA  
SIRIUS

# ГРУППОВЫЕ ТРЕНИРОВКИ

	9:00	9:30	13:00	18:30	19:30
ПН	Универсальная йога 90 мин.		Умный фитнес 60 мин.		Умный фитнес 60 мин.
ВТ		Хатха-йога Тибетские чаши 90 мин.	Функциональный тренинг 60 мин.	Хатха-йога Тибетские чаши 90 мин.	Функциональный тренинг 60 мин.
СР	Энерго- зарядка 60 мин.	Универсальная йога + гвозди 90 мин.	Умный фитнес 60 мин.		Умный фитнес 60 мин.
ЧТ		Хатха-йога Тибетские чаши 90 мин.	Функциональный тренинг 60 мин.	Хатха-йога Тибетские чаши 90 мин.	Функциональный тренинг 60 мин.
ПТ	Энерго- зарядка 60 мин.	Универсальная йога + нидра 90 мин.	Умный фитнес 60 мин.		Умный фитнес 60 мин.
СБ			Функциональный тренинг 60 мин.		
ВС	Универсальная йога + нидра 90 мин.		Умный фитнес 60 мин.		

## Фитнес, 2 этаж |||

Только по предварительной записи за 1 час:

**+7 928 453 62 88**

600 ₽ / 1 занятие

(для владельцев абонеента фитнес-центра бесплатно)

## Йога, 7 этаж ||

Только по предварительной записи за 2 часа:

**+7 938 491 22 14**

1200 ₽ / 1 занятие

Alpha Sirius, Морской бульвар, 1

SIRIUS HOTELS