



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Спортивная студия единоборств и кроссфита для взрослых и детей от 5 лет • f-lab.club

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресение
9:00	CrossFit (Стас)		CrossFit (Стас)		CrossFit (Стас)		
10:00						ММА дети 12+ (Гриша) Бокс дети (Паша)	
11:00	Grappling(Дима)		Grappling(Дима)		Grappling(Дима)	CrossFit(Гриша) Бокс(Магомед)	
12:00						CrossFit (Гриша)	
12:30						Бокс дети(Магомед)	
13:00							Тай.Бокс девуш (Юлия) Тай.бо дети (Артемий)
14:00						ММА(Гриша)	
16:00	Бокс дети(Леша) тай. бокс дети (Никита)	Бокс дети (Паша)	Бокс дети (Леша) тай. бокс дети (Никита)	Бокс дети (Паша)	Бокс дети(Леша) тай. бокс дети (Никита)		
17:00	Кикбоксинг дети (Леша) ВJJ дети (Дима)	Бокс дети (Магомед)	Кикбоксинг дети (Леша) ВJJ дети (Дима)	Бокс дети(Магомед)	Кикбоксинг дети (Леша) ВJJ дети (Дима)		
17:30		ММА дети 12+ (Гриша)		ММА дети 12+ (Гриша)			
18:00	Бокс взр (Леша) ММА(Никита)		Бокс(Леша) ММА(Никита) Тай.бо дети (Артемий)		Бокс(Леша) ММА(Никита)		
18:30		CROSSFIT (Гриша)		CROSSFIT(Гриша)			
19:00	FIGHT&CROSSFIT (Никита) Бокс (Леша)		FIGHT&CROSSFIT (Никита) Бокс (Леша)		FIGHT&CROSSFIT (Никита) Бокс (Леша)		
19:30		Бокс (Магомед) CROSSFIT(Гриша)		Бокс(Магомед) CROSSFIT(Гриша)			
20:00						Jiu-jitsu(Дима)	
20:15	ММА (Артур) Тайский Бокс (Никита)		ММА(Артур) Тайский бокс(Никита)		ММА(Гриша) Тайский Бокс (Никита)		
20:30		Jiu-jitsu (Дима)		Jiu-jitsu (Дима)			
20:45			Тайский бокс девушки (Юлия)				
21:15	ММА(Гриша)						