




	ПОНЕДЕЛНИК	ВТОРНИК	СРЯДА	ЧЕТВЪРТЪК	ПЕТЪК	СЪБОТА	НЕДЕЛЯ
10:30							
11:30							
12:00							
12:30							
18:30	BODY STEP		BODY STEP		BODY STEP		
19:00		НАРОДНИ ТАНЦИ		НАРОДНИ ТАНЦИ			
19:30	КОМБАТХТРЕМЕ		КОМБАТХТРЕМЕ		КОМБАТХТРЕМЕ		
20:00		НАРОДНИ ТАНЦИ		НАРОДНИ ТАНЦИ			


	ПОНЕДЕЛНИК	ВТОРНИК	СРЯДА	ЧЕТВЪРТЪК	ПЕТЪК	СЪБОТА	НЕДЕЛЯ
07:30	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ		
08:30		АТЛЕТИЧЕСКА КОНДИЦИЯ		АТЛЕТИЧЕСКА КОНДИЦИЯ			
09:30						КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ
10:30						КОНД.ТРЕНИРОВКИ ЗА ДЕЦА	КОНД.ТРЕНИРОВКИ ЗА ДЕЦА
12:00			КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ			КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ
14:30							
17:00	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ		КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ		КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ
18:00	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ		
19:00	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ	КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ		

	ПОНЕДЕЛНИК	ВТОРНИК	СРЯДА	ЧЕТВЪРТЪК	ПЕТЪК	СЪБОТА	НЕДЕЛЯ
08:00	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ		
09:00	ДЕЦА	ДЕЦА	ДЕЦА	ДЕЦА	ДЕЦА		
09:30						ДЕЦА	ДЕЦА
10:30	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ		
11:00						КОНДИЦИОННА ТРЕН. БОКС	КОНДИЦИОННА ТРЕН. БОКС
15:30	ДЕЦА	ДЕЦА	ДЕЦА	ДЕЦА	ДЕЦА		
17:00	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ
18:30	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ		
19:30	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ		
20:30	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ	НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ		

 ГРУПОВИ ТРЕНИРОВКИ/ЗАНИМАНИЯ

 КОНДИЦИОННИ ТРЕНИРОВКИ

 ТРЕНИРОВКИ ПО БОКС

 С ПРЕДВАРИТЕЛНО ЗАПИСВАНЕ

БОКС НАПРЕДНАЛИ И НАЧИНАЕЩИ: **НАПРЕДНАЛИ** са хора, които са практикували бокс и могат да се включват в по-сложните технически и координационни упражнения **НАЧИНАЕЩИ** са хора, които не са се занимавали с бокс. Ако е нужно треньорът дава различни задачи на едната и другата група.

НАРОДНИ ТАНЦИ ГРУПИ: **1-ВО НИВО** от 20:00 до 20:50ч.

3-ТО НИВО от 19:00 до 19:50ч.

*с предварително записване, което можете да направите на тел.: 0888973718 и 0896616588, или на info@folklorika.com