Центр единоборств "БЕЛЫЙ ЛОТОС"
Москва, 26 Бакинских Комиссаров, дом 5
тел: (495) 540-50-04 Моб. +7(925) 505-06-23
e-mail: info@boxland.ru
WWW.BOXLAND.RU

ГРУППА		ПН	ВТ	СР	ЧТ	ПТ	СБ	ВС	тренер
ВЗРОСЛЫЕ ГРУППЫ									
КИКБОКСИНГ/К1/ТАЙСКИЙ БОКС	группа №1	9:30-11:00		9:30-11:00		9:30-11:00			Шумаков В.С.
	группа №2	19:00-20:30		19:00-20:30		19:00-20:30			
	группа №3	20:30-22:00		20:30-22:00		20:30-22:00			
БОКС	группа №1	8:00-9:30		8:00-9:30		8:00-9:30			Обмочевский Ю.Н.
	группа №2	18:30-20:00	19:00-20:30	18:30-20:00	19:00-20:30	18:30-20:00	12:00-13:30		Закамсков А.В.
	группа №3	20:00-21:30	20:30-22:00	20:00-21:30	20:30-22:00	20:00-21:30			
СМЕШАННЫЕ ЕДИНОБОРСТВА (ММА) /Боевое самбо	группа №2		19:30-21:00		19:30-21:00		12:00-13:30		Таибов А.Р.
БРАЗИЛЬСКОЕ ДЖИУ-ДЖИТСУ	группа №1	20:30-22:00		20:30-22:00		20:30-22:00			Ше Минсу
ТХЭКВОН-ДО	группа №1		19:30-21:00		19:30-21:00		12:00-13:30		Алиев Р.К.
Самбо /Дзюдо	группа №1	19:15-20:45		19:15-20:45		19:15-20:45			Чистов М.Ю.
КРОССФИТ	Группа №1		9:00-10:00		9:00-10:00		9:00-10:00		Могиленко А.
	Группа №2	19:00-20:00		19:00-20:00		19:00-20:00			
	Группа №3	20:00-21:00		20:00-21:00		20:00-21:00			
Стрип-пластика				19:00-20:00		19:00-20:00			Максенкова А.Г.
Латино-соло		19:00-20:00							
Женский фитнес		20:00-21:00		20:00-21:00		20:00-21:00			
							12:00-13:00		Катасонова Н.
Стретчинг		21:00-22:00		21:00-22:00		21:00-22:00			Максенкова А.Г.
							13:00-14:00		Катасонова Н.
Восточные танцы			19:00-20:00		19:00-20:00				Gulnara la Roja
Парные танцы (Латино)			20:00-21:00		20:00-21:00				