

Расписание групповых программ фитнес клуба Be Turbo с 09 января по 15 января 2017 года.

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница		Суббота		Воскресенье			
7:00			YOGA Линара (2)				YOGA Линара (2)									
7:30	SCULPT Катя (1)				STEP INTERVAL Катя (1)				GYM (LB+ABS) Катя (1)							
8:00	BOXING Самат(Б)				BOXING Самат (Б)				BOXING Самат (Б)							
8:30	STRETCH Катя (1)				GYM (LB+ABS) Катя (1)				STRETCH Катя (1)							
9:15											YOGA Линара (2)					
10:00											TRACKING 30 +ABS Кайсар (К) (1)					
11:00											KIZOMBA Паша (3)					
12:00	SUPER STRONG Вита (3)		STEP CROSS Вита (3)		SALSA Паша (1)		CROSS FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (1)		STEP CROSS Вита (3)		STRENGTH CORE Кайсар (3)		LAMBAZOUK Паша (1)			
13:00	SCULPT Кайсар (3)		YOGA Вадим (2)		ZUMBA !!! Петя (1)		SUPER STRONG Кайсар (3)		YOGA Вадим (2)		SCULPT Оля (3)		LB+ABS Катя (1)		YOGA Вадим (2)	
14:00	ABS+FLEX Кайсар (3)		STRIP PLASTIC Жея (1)		ABS+FLEX Оля (3)		CUBANO MIX Петя (1)		STRENGTH CORE Кайсар (3)		STRETCH Оля (3)		CUBANO MIX Петя (1)		PILATES Катя (1)	
15:00													STRIP PLASTIC Жея (1)			
16:00													REGGAETON Жея (1)			
17:00													SPINNING Вита (4)		STEP Катя (1)	
18:00													SUPER STRONG CROSS Вита (3)		PILATES Катя (1)	
18:30	ZUMBA Татьяна (1)										ZUMBA!!! Петя (3)		FT Оля (1)			
19:00	SPINNING Вита (4)		FIT FIGHTERS Оля и Кайсар (3)		ARGENTINE TANGO Петя (1)		CROSSFITNESS STRENGTH Вита (3)		GYM (LB+ABS) Оля (3)				YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)			
19:30	STRIP PLASTIC Жея (1)		BOXING Самат (Б)				BOXING Самат (Б)		LATINO MIX Жея (2)		SALSA Петя (3)		BOXING Самат (Б)		UB+ABS Оля (1)	
20:00	SUPER STRONG Вита (3)		UB+ABS Кайсар (3)		KIZOMBA/BACHATA Петя (1)		LB+ABS Вита (3)		FIT FIGHTERS Оля и Кайсар (3)							
20:30			LEZGINKA Кристина и Руслан (2)						POLE DANCE Татьяна (2)		SCULPT Катя (1)		STRETCH Оля (1)			
21:00	STRENGTH CORE Вита (3)		STRENGTH CORE FLEX Кайсар (3)		STRETCH Вита (3)		PILATES Катя (1)									

Уважаемые участники программ, просьба заранее записываться на программы!

Выделенные программы будут проводиться ТОЛЬКО при наличии предварительной записи, не менее, чем за 4 часа до начала программы. Тел.: 344 13 24, 344 13 25, 344 13 26

Запись на программы должна осуществляться не позднее 23:00!

Зал №1 1  
Зал №2 2  
Зал №3 3  
Студия спиннинг 4  
Кардио зона К  
Зал бокса Б