

Расписание групповых программ фитнес клуба Be Turbo с 26 декабря по 01 января 2016 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 Ричард (3)			
											BOXING Самат (Б)		LB+ABS Катя (1)	
12:00	SUPER STRONG Вита (3)		STEP CROSS Вита (3)		SALSA Ричард (3) CROSS FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (1)		STEP CROSS Вита (3)		STRENGTH CORE Кайсар (3)		STRETCH Катя (1)		SCULPT Вита (3)	
											ZUMBA !!! Ричард (3)			
13:00	SCULPT Кайсар (3) YOGA Вадим (2)		ZUMBA !!! Петя (1)		SUPER STRONG Кайсар (1) YOGA Вадим (2)		SCULPT Оля (3)		LB+ABS Катя (1) YOGA Вадим (2)		ZUMBA !!! Ричард (3)		ABS+FLEX Вита (3)	
	BOXING Самат (Б)		SCULPT Оля (3)		BOXING Самат(Б) ABS BLASTER Ричард (3)		BODYDANCE Петя (1)		ZUMBA!!! Ричард (3) BOXING Самат (Б)					
14:00	ABS+FLEX Кайсар (3)		ABS+FLEX Оля (3) CUBANO MIX Петя (1)		STRENGTH CORE Кайсар (3)		STRETCH Оля (3) CUBANO MIX Петя (1)		PILATES Катя (1)		STRIP PLASTIC Женья (1)			
15:00											REGGAETON Женья (1)			
16:00														
17:00											SPINNING Вита (4)		STEP Катя (1)	
18:00											SUPER STRONG CROSS Вита (3) YOGA Вадим (1)		PILATES Катя (1)	
18:30	ZUMBA Татьяна (1)								ZUMBA!!! Петя (3) FT Оля (1)					
19:00	SPINNING Вита (4)		CROSS FIT FIGHTERS Оля и Кайсар (3) ARGENTINE TANGO Петя (1)		CROSSFITNESS STRENGTH Вита (3) YOGA Линара (2)		GYM (LB+ABS) Оля (3) ZUMBA Татьяна (1)				YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)			
19:30	STRIP PLASTIC Женья (1) BOXING Самат (Б)				BOXING Самат (Б) LATINO MIX Женья (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 Кайсар и Оля (3)							
			LEZGINKA Кристина и Руслан (2)				POLE DANCE Татьяна (2) SCULPT Катя (1)							
20:30									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
Кардиозона	К
Зал бокса	Б