

Расписание групповых программ фитнес клуба Ве Turbo с 23 января по 29 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)		
											BOXING Самат (Б)	LB+ABS Катя (1)	
12:00	SUPER STRONG Вита (3)		STEP CROSS Вита (3)		SALSA Паша (1)	CROSS FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (3)	STEP CROSS Вита (3)		STRENGTH CORE Кайсар (3)	LAMBAZOUK Паша (1)	STRETCH Катя (1)		SCULPT Вита (3)
											ABS BLASTER Паша (3)		
13:00	SCULPT Кайсар (3)	YOGA Вадим (2)	MASTER CLASS ORIENTAL Ару (1)		SUPER STRONG Кайсар (3)	YOGA Вадим (2)	SCULPT Оля (3)	MASTER CLASS YOGA Харидас (2)	LB+ABS Катя (1)	YOGA Вадим (2)	ZUMBA !!! Паша (3)		ABS+FLEX Вита (3)
	BOXING Самат (Б)	ZUMBA!!! Женья (1)	SCULPT Оля (3)		BOXING Самат (Б)	ABS BLASTER Паша (1)	BODYDANCE Петя (1)		ZUMBA!!! Паша (3)	BOXING Самат (Б)			
14:00	ABS+FLEX Кайсар (3)	STRIP PLASTIC Женья (1)	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)		STRIP PLASTIC Ару (3)
15:00											REGGAETON Женья (1)		ORIENTAL Ару (3)
16:00													
17:00											SPINNING Вита (4)		STEP Катя (1)
18:00											SUPER STRONG CROSS Вита (3)		PILATES Катя (1)
											YOGA Вадим (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) Таяна(3)				YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)		
			MASTER CLASS YOGA Харидас (2)		YOGA Линара (2)		ZUMBA Татьяна (1)						
19:30	MASTER CLASS ORIENTAL Ару (1)	BOXING Самат (Б)			BOXING Самат (Б)	LATINO MIX Женья (2)	СОРЕВНОВАНИЯ СРЕДИ МУЖЧИН "TURBOMAN"		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)								
			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