

Расписание групповых программ фитнес клуба Be Turbo с 30 января по 05 февраля 2017 года.

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Вос				
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)	YOGA Харидас (2)	SALSA Паша (1)	CROSS FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (3)	STEP CROSS Вита (3)	YOGA Харидас (2)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	LAMBAZOUK Паша (1)	STRETCH Катя (1)	SCULPT
										ABS BLASTER Паша (3)	
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)	ZUMBA !!! Паша (3)	ABS+FI	
	BOXING Самат (Б)	ZUMBA!!! Женя (1)	SCULPT Оля (3)	BOXING Самат (Б)	MASTER CLASS ZUMBA STRONG Паша (1)	BODYDANCE Петя (1)	ZUMBA!!! Паша (3)	BOXING Самат (Б)			
14:00	ABS+FLEX Кайсар (3)	STRIP PLASTIC Женя (1)	ABS+FLEX Оля (3)	CUBANO MIX Петя (1)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	STRETCH Оля (3)	CUBANO MIX Петя (1)	PILATES (1) Катя	STRIP PLASTIC Женя (1)	STRIP А	
15:00									REGGAETON Женя (1)	OR А	
16:00											
17:00									SPINNING Вита (4)	STEP	
17:30					ZUMBA !!! Ару(1)						
18:00									SUPER STRONG CROSS Вита (3)	PILAT	
									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) Таня(3)				YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)		
											YOGA Линара (2)
19:30	STRIP PLASTIC Женя (1)	BOXING Самат (Б)		BOXING Самат (Б)	LATINO MIX Женя (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 и Руслан (2) Кристина
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

Зал №1
Зал №2
Зал №3
Студия спиннинга
Кардиозона

Запись на программы должна осуществляться не позднее 23:00!

Зал бокса

кресенье

Т Вита (3)

LEX Вита (3)

Р PLASTIC
ру (3)

MENTAL
ру (3)

Катя (1)

ES Катя (1)

1
2
3
4
К

