

Расписание групповых программ фитнес клуба Be Turbo с 24 октября по 30 октября 2016 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 Ричард (3)				
						BOXING Самат (Б)	LB+ABS Оля (1)			
12:00	SUPER STRONG Вита (3)	STEP CROSS Вита (3)	SALSA Ричард (3)	CROSS FIT FIGHTERS Таня и Оля (1)	STEP CROSS Вита (3)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	SCULPT			
								STRETCH Оля (1)		
						ABS BLASTER Ричард (2)				
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+FI
	BOXING Самат (Б)	ZUMBA!!! Женя (1)	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)	STRIP PLASTIC Женя (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 Женя (1)	
15:00									REGGAETON Женя (1)	
16:00										
17:00									SPINNING Вита (4)	STEP
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)	CROSS FIT FIGHTERS Оля и Таня (3)	ARGENTINE TANGO Петя (1)	LB+ABS Вита (3)	GYM (LB+ABS) Таня (3)				YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)	
				YOGA Линара (2)	ZUMBA Татьяна (1)					
19:30	STRIP PLASTIC Женя (1)	BOXING Самат (Б)		BOXING Самат (Б)				SALSA Петя (3)		
								BOXING Самат (Б)	UB+ABS Оля (1)	
20:00	SUPER STRONG Вита (3)	UB+ABS Кайсар (3)	KIZOMBA/ВАСНАТА Петя (1)	MASTER CLASS CROSSFITNESS STRENGTH Оля, Вита, Таня, Кайсар (3)	FIT FIGHTERS Кайсар и Таня (3)					
			LEZGINKA и Руслан (2)	Кристина	REGGAETON Женя (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

Зал №1
Зал №2
Зал №3
Студия спиннинга
Кардио зона

Запись на программы должна осуществляться не позднее 23:00!

Зал бокса

кресенье

Т Вита (3)

Л.ЕХ Вита (3)

Катя (1)

ES Катя (1)

1
2
3
4
К

