

**Расписание групповых программ фитнес клуба Ve Turbo с 13 февраля по 19 февраля 2017 года.**

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Вос				
7:00		YOGA Линара (2)		YOGA Бекжан (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 Бекжан (2)					
10:00						TRACKING 30 +ABS Кайсар (К) (1)					
11:00						KIZOMBA Раушан (3)					
						BOXING Самат (Б)   LB+ABS Катя (1)					
12:00	CROSSFITNESS Вита (3)	STEP CROSS Вита (3)	YOGA Харидас (2)	SALSA Егор (1)	CROSS FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (3)	STEP CROSS Вита (3)	YOGA Харидас (2)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	BODY BALLET Егор (1)	STRETCH Катя (1) ABS BLASTER Раушан (3)	SCULPT
13:00	SCULPT Кайсар (3)	YOGA Вадим (2)	CUBANO MIX Петя (1)	SUPER STRONG Кайсар (3)	YOGA Вадим (2)	SCULPT Оля (3)	LB+ABS Катя (1)	YOGA Вадим (2)	ZUMBA !!! Раушан (3)	ABS+FI	
	BOXING Самат (Б)	ZUMBA!!! Женя (1)	SCULPT Оля (3)	BOXING Самат (Б)	BODY BALLET Егор (1)	BODYDANCE Петя (1)	ZUMBA!!! (3)	Егор Самат (Б)			
14:00	ABS+FLEX Кайсар (3)	STRIP PLASTIC Женя (1)	ABS+FLEX Оля (3)	ZUMBA !!! 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		YOGA Харидас (2)		ZUMBA !!! Ару(1)							
18:00									SUPER STRONG CROSS Вита (3)	PILAT	
									YOGA Вадим (1)		
18:30	ZUMBA Женя (1)							ZUMBA!!! Петя (3)			
								FT Оля (1)			
19:00	SPINNING Вита (4)	FIT FIGHTERS Оля и Кайсар (3)	ARGENTINE TANGO Петя (1)	CROSS FIT FIGHTERS Вита (3)	GYM (LB+ABS) Таня(3)				YOGA - медитация и пранаяма Вадим (1)		
			YOGA Харидас (2)	YOGA Линара (2)	ORIENTAL Ару (1)						
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/ВАСНАТА Петя (1)	MASTER CLASS SUPER STRONG Вита,Оля,Кайсар,Таня (3)	FIT FIGHTERS Кайсар и Оля (3)						
			LEZGINKA и Руслан (2)	Кристина	POLE DANCE Юля (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  
Кардиозона

Запись на программы должна осуществляться не позднее 23:00!

Зал бокса

кресенье

Т Вита (3)

LEX Вита (3)

PLASTIC  
ру (3)

MENTAL  
ру (3)

Катя (1)

ES Катя (1)

1  
2  
3  
4  
К

