

Расписание групповых программ фитнес клуба Be Turbo с 18 по 24 июля 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)		LB+ABS Катя (3)		
8:00	FT BOXING Самат (Б)		BOXING Самат (Б)		BOXING Самат (Б)		
8:30	STRETCH Катя (1)		GYM (LB+ABS) Катя (1)		PILATES Катя (3)		
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 Вита и Оля (1)	STEP CROSS Вита (3)	STRENGTH CORE Кайсар (3)	STRETCH Оля (1) ABS BLASTER Ричард (3)	SCULPT Вита (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	STRENGTH CORE Кайсар (1)	STRETCH Оля (3) CUBANO MIX Петя (1)	PILATES Катя (1)		
15:00							
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)	ARGENTINE TANGO Петя (1)			ZUMBA!!! Петя (3) FT Оля (1)		
19:00	SPINNING Вита (4)	FIT FIGHTERS Тая и Оля (3)	CROSSFITNESS STRENGTH Вита (3)	GYM (LB+ABS) Тая (3)	YOGA - медитация и пранаеяма Вадим (1)		
			YOGA Линара (2)	ZUMBA Татьяна (1)			
19:30	STRIP PLASTIC Женья (1) BOXING Самат (Б)	KIZOMBA/BACHATA Петя (1)	BOXING Самат (Б)		SALSA Петя (3) BOXING Самат (Б) UB+ABS Оля (1)		
	SUPER STRONG Вита (3)	UB+ABS Кайсар (3) LEZGINKA (жисская партия) Кристина (2)	LB+ABS Вита (3) REGGAETON Женья (2)	FIT FIGHTERS Кайсар и Тая (3) 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