



Изменись за 28 дней!



ПРОЕКТ О ЗДОРОВЬЕ И КРАСОТЕ



1. «Активный-реактивный» - общее количество баллов, за активное участие в конкурсном проекте, за проведённые мероприятия. Подарок – сертификат на приобретение продуктов ТЕНТОРИУМ® на сумму 50 000 рублей
2. «Лишнему весу НЕТ» – за успешную борьбу с лишним весом. Подарок – сертификат на приобретение продуктов ТЕНТОРИУМ® на сумму 25 000 рублей
3. «Высокий результат» – за высокие результаты по оздоровлению и преобразению. Подарок – сертификат на приобретение продуктов ТЕНТОРИУМ® на сумму 25 000 рублей
4. «Приз зрительских симпатий» – за наибольшее количество лайков и репостов. Подарок – сертификат на приобретение продуктов ТЕНТОРИУМ® на сумму 10 000 рублей



Заседание конкурсного жюри: идёт подведение итогов





СВОДНАЯ ТАБЛИЦА УЧАСТНИКИ конкурса "Изменись за 28 дней!" - осень 2017

№	ФИО	ВК	Посты	Лайк	Репос	Коммен	Фот	Вид	Малое	Большое	БАЛЛЬ
1	Татьяна Попадюк	https://vk.com/id51349115	.	7667	273	461	203	0	80	0	9363
2	Римма Ахметова	https://vk.com/id29051540	.	5316	1269	553	138	9	55	0	8915
3	Наталья Мельникова	https://vk.com/id407868630	.	6247	97	246	89	0	20	21	6995
4	Вера Приходченко	https://vk.com/id432046880	.	3250	360	253	102	0	15	0	4550
5	Татьяна Наумова	https://vk.com/id343953662	.	2817	17	481	229	0	15	0	4034
6	Антонина Андриянова	https://vk.com/id333122978	.	2735	164	444	121	0	45	7	3922
7	Ольга Заплетина	https://vk.com/id364461943	.	2575	403	120	125	2	10	7	3899
8	Елена Каравашкина	https://vk.com/id57208669	.	2624	32	162	204	0	5	0	3467
9	Любовь Иванцова	https://vk.com/id69724863	.	2496	18	89	87	14	35	7	2966
10	Валентина Смагина	https://vk.com/id416699816	.	2281	58	102	112	3	45	0	2889
11	Нурия Галяутдинова	https://vk.com/id256043067	.	2048	51	145	168	2	20	0	2825
12	Наталья Ярох	https://vk.com/id247635794	.	1712	312	27	83	5	15	0	2642
13	Владимир Столбов	https://vk.com/id79744239	.	2021	81	67	70	10	55	0	2545
15	Людмила Сущенко	https://vk.com/id24731049	.	1662	210	265	44	1	25	0	2507
15	Сонечка Огурцова	https://vk.com/id6797	.	1741	10	149	135	1	50	0	2368
16	Татьяна Алексеева	https://vk.com/id191650363	.	1660	51	179	108	1	10	0	2278
17	Ирина Слобожанинова	https://vk.com/id140122493	.	1608	240	171	222	18	5	0	2264
18	Галина Харина	https://vk.com/id315658195	.	1385	143	141	72	1	65	7	2103
19	Владимир Смагин	https://vk.com/id449575490	.	1468	60	55	114	1	75	0	2063
20	Галия Мугинова	https://vk.com/id204954289	.	1062	132	47	118	1	30	7	1767
21	Наталья Масалова	https://vk.com/id394390623	.	1123	108	80	64	8	65	14	1714
22	Валентина Киселёва	https://vk.com/id118438245	.	1208	71	97	38	0	0	0	1561
23	Лидия Язвенко	https://vk.com/id353760287	.	1001	2	23	152	5	10	0	1509
24	Расима Ситдикова-Абдра	https://vk.com/id234372889	.	1138	31	51	63	0	20	0	1460
25	Гүльсима Калимуллина	https://vk.com/id19418669	.	1043	107	0	35	1	20	0	1385
26	Анна Любимова	https://vk.com/id192052199	.	875	86	66	72	5	0	0	1344
27	Елена Туликова	https://vk.com/id298381532	.	1025	46	96	41	0	5	0	1341
28	Наталья Яшкина	https://vk.com/id4002711	.	856	73	88	39	5	5	0	1227
29	Светлана Спехова	https://vk.com/id334884443	.	883	38	65	52	0	15	0	1195
30	Татьяна Демина	https://vk.com/id23332617	.	786	36	78	59	0	30	7	1150

Победитель в номинации «Активный-реактивный» **Татьяна Попадюк**

#ИЗМЕНИСЬза28дней

01.10.2017



29.10.2017



Сертификат на
покупку продуктов
ТЕНТОРИУМ на
сумму 25 000 рублей

Победитель в номинации «Активный-реактивный»

Римма Ахметова



апрель



июль



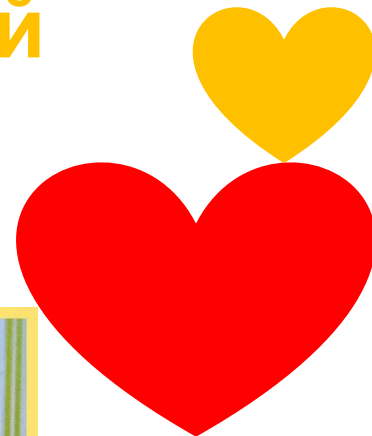
октябрь

Сертификат на покупку
продуктов ТЕНТОРИУМ
на сумму 25 000 рублей

**495 кг
подарены
носорогу!**



Приз зрительских симпатий Наталья Мельникова



Сертификат на
покупку
продуктов
ТЕНТОРИУМ
на 10 000 рублей

Я в проекте 28!
Килограммы сбросила !
Комплексы отбросила ■
В следующий проект пошла !

СВОДНАЯ ТАБЛИЦА УЧАСТНИКИ конкурса "Изменись за 28 дней!" - осень 2017

№	ФИО	ВК	БАЛЛЫ	Сброшенные КГ	% сброшенные КГ
1	Ирина Слобожанинова	https://vk.com/id140122493	2264	9	14,5
2	Ляйсан Камалетдинова	https://vk.com/id135023287	611	10	13,3
3	Татьяна Наумова	https://vk.com/id343953662	4034	12	11,2
4	Елена Каравашкина	https://vk.com/id57208669	3467	13	11,1
5	Ольга Максеева	https://vk.com/id138677538	1088	6,9	11,1
6	Илсур Атнагулов	https://vk.com/id176497186	234	9,2	10,8
7	Михаил Шубин	https://vk.com/pchelatyum	667	8,1	10,5
8	Наталья Ярох	https://vk.com/id247635794	2642	9	10,2
9	Надежда Иванова	https://vk.com/id49708360	385	8	10,1
10	Ирина Капустина	https://vk.com/id114737217	384	8	10
11	Владимир Смагин	https://vk.com/id449575490	2063	8	9,9
12	Наталья Яшкина	https://vk.com/id4002711	1227	8	9,8
13	Татьяна Прошевская	https://vk.com/proshievskaya	1076	8,7	9,4
14	Наталья Масалова	https://vk.com/id394390623	1714	7	9,3
15	Людмила Сущенко	https://vk.com/id24731049	2507	7,8	9,1
16	Галия Мугинова	https://vk.com/id204954289	1767	6,2	9,1
17	Роза Семенова	https://vk.com/id22474528	958	7	8,9
18	Анна Абхадеева	https://vk.com/id97876053	223	6,8	8,9
19	Римма Ахметова	https://vk.com/id29051540	8848	6	8,8
20	Валентина Чувьюрова	https://vk.com/id64554428	308	5,5	8,7
21	Инна Ломакина	https://vk.com/id365649163	798	7,4	8,4
22	Владимир Столбов	https://vk.com/id79744239	2545	6,8	8,3
23	Галина Коротких	https://vk.com/id449072075	0	6,8	8,2
24	Валентина Смагина	https://vk.com/id416699816	2889	5	8,1
25	Светлана Кропанёва	https://vk.com/id104522170	938	6,4	7,8
26	Рамиля Чурагулова	https://vk.com/id169793030	300	5	7,7
27	Галина Лобанова	https://vk.com/id406330837	219	6	7,7
28	Любовь Тугушева	https://vk.com/id449521463	0	4	7,7
29	Анна Меркулова	https://vk.com/id288833871	166	5	7,4
30	Наталья Галкина	https://vk.com/id197503106	35	6	7,3

Победитель в номинации «Лишнему весу – НЕТ!» Ирина Слобожанинова



ЪЕМА (CM) И Е

Объем
руки
(плеча)

Объ

груд

2 9 см 8 5

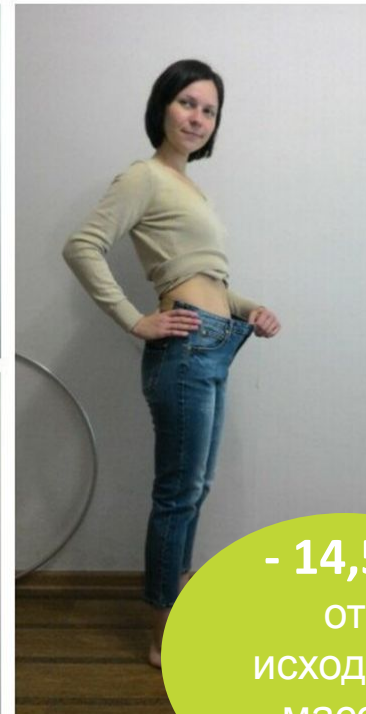
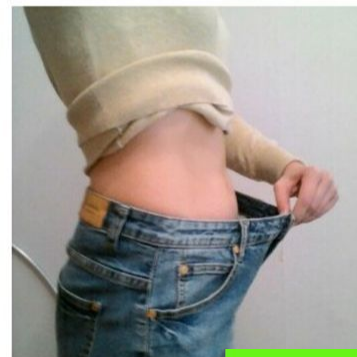
1 2 9 см 8 2

2 8 см 8 5

1 2 8 см 8 5

2 7 см 8 5

12.10	15	57 кг	32	27 см	83 см	73	7
15.10	18	56 кг	32	27 см	83 см	73	7
19.10	21	56 кг	32	27 см	83 см	73	7
21.10	24	55 кг	32	26 см	83 см	72	7
24.10	27	54 кг	32	26 см	83 см	71	7
27.10	30	53 кг	32	25 см	83 см	71	7
30.10	30	53 кг	32	25 см	83 см	71	7
Итого - 9 кг		рост		1,70 см			



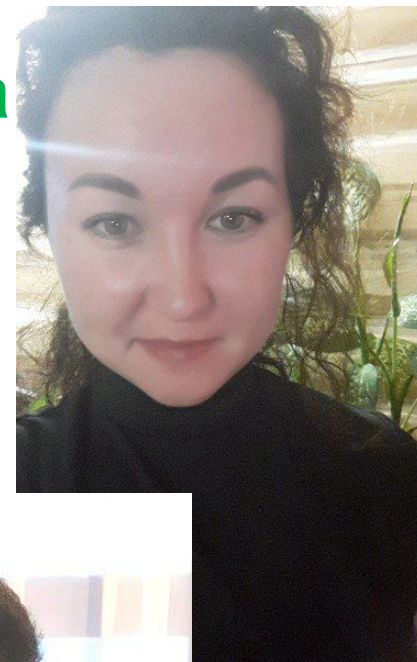
- 14,5%
от
исходной
массы
тела

Сертификат на покупку
продуктов ТЕНТОРИУМ
на сумму 25 000 рублей

Поощрительные призы в номинации «Лишнему весу – НЕТ!»

«Миссис Настойчивость»

- Ляйсан Камалетдинова
- Татьяна Наумова
- Елена Каравашкина
- Наталья Ярох



«Мистер Настойчивость»

• Михаил Шубин



Победитель в номинации «Высокий результат»

Илсур Атнагулов



- 10,8%
от исходной массы тела



- 9,2 кг



Новые победы!

Сертификат на покупку
продуктов ТЕНТОРИУМ
на сумму 25 000 рублей



«Миссис Уверенность в успехе»

Гульсима Калимуллина

Вера Приходченко

«Мистер Уверенность в успехе»

Владимир Столбов

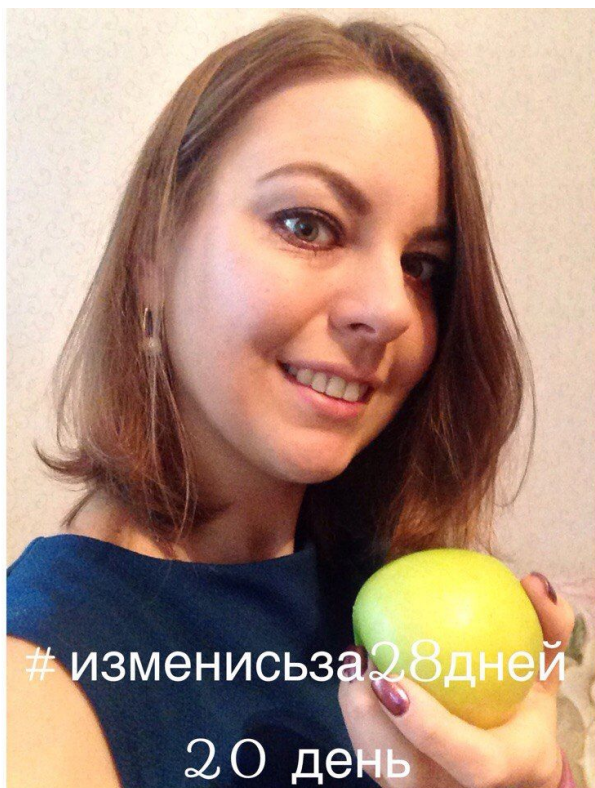




«Миссис Мудрый учитель»
Ольга Заплетина

«Миссис Опытный
наставник»
Антонина Андриянова





«Мисс Улыбка»

Соня Огурцова

«Миссис Прекрасное

**Любовь
Иванцова**





Миссис
«Чудесное
преображение»
Татьяна
Алексеева

«Миссис Позитив»

Нурия Галяутдинова



«Семейное трио»

Владимир, Алексей и Валентина Смагины



ИЗМЕНИСЬ ЗА 28 ДНЕЙ

ПРОЕКТ О ЗДОРОВЬЕ И КРАСОТЕ



ПОЗДРАВЛЯЕМ!