

**Витамины ОПТИ
WOMEN** – весьма
эффективный комплексный
препарат, который
повышает
работоспособность, и
обменные процессы в
организме женщины
нормализует. При
соблюдении дозировок
прием этого средства
способен обеспечить
впечатляющие результаты!

**В СОСТАВ ПРОТЕИНА BSN SYNTHA-6 ВХОДИТ
ШЕСТЬ ВИДОВ БЕЛКА:**

**КОНЦЕНТРАТ СЫВОРОТОЧНОГО ПРОТЕИНА,
ИЗОЛЯТ СЫВОРОТОЧНОГО ПРОТЕИНА,
КАЗЕИНАТ КАЛЬЦИЯ,
МИЦЕЛЛЯРНЫЙ КАЗЕИН,
ИЗОЛЯТ МОЛОЧНОГО ПРОТЕИНА,
ЯИЧНЫЙ БЕЛОК И ГЛЮТАМИНОВЫЕ ПЕПТИДЫ.**

**ЭТО ОБУСЛОВЛЕНО ПОПЫТКОЙ
ПРОИЗВОДИТЕЛЯ РЕШИТЬ СРАЗУ НЕСКОЛЬКО
ВОПРОСОВ:**

**БЫСТРУЮ УСВОЯЕМОСТЬ,
СЫТНОСТЬ И ПРОЛОНГИРОВАННОЕ ДЕЙСТВИЕ.
ПОДОБНАЯ БЕЛКОВАЯ МАТРИЦА ОДНОЗНАЧНО
ПОДОЙДЕТ ДЛЯ ЖЕНЩИН И НАЧИНАЮЩИХ
ПОСЕТИТЕЛЕЙ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА.**



Добровольск
ая

Алина





9:00 Функциональный тренинг

10:00 Pilates

11:00 Комплекс упражнений

11:00 Здоровая спина

16:00 Body Sculpt

17:20 Скульптура тела

18:20 Pilates с оборудованием

18:20 Step интервал

18:20 Китайская гимнастика Цигун

19:20 ABL+Core

19:20 Проект Силуэт



11:00 Hiit&Pump

11:00 МФР

11:00 Детский класс каратэ

16:00 ABL+Core

17:20 Стрейчинг

JUMP- ЭТО ПРЫЖОК К ЗДОРОВЬЮ!

Будьте с нами! И участвуйте в розыгрыше "Счастливым чек"



СОВЕРШАЙТЕ ПОКУПКИ В НАШЕМ
FITNESS BAR С 11.11 ПО 15.11
ЗАПОЛНИТЕ АНКЕТУ С УКАЗАНИЕМ
ДАННЫХ НА ЧЕКЕ
ПРИХОДИТЕ НА РОЗЫГРЫШ 16.11.19



10:00 Стрейчинг +массажные роллы

11:00 Pump Power

11:00 Детский класс каратэ

17:20 Идеальный пресс+ягодицы

18:20 Pilates для плоского живота

18:20 FTRCross-Табата

18:40 Детский класс каратэ

19:20 Фит-Микс

19:20 Стрейчинг в гамаках

19:30 Акробатика на пилоне (для начинающих)

20:00 Класс каратэ (старшая группа)

11:00 Hiit& Pump

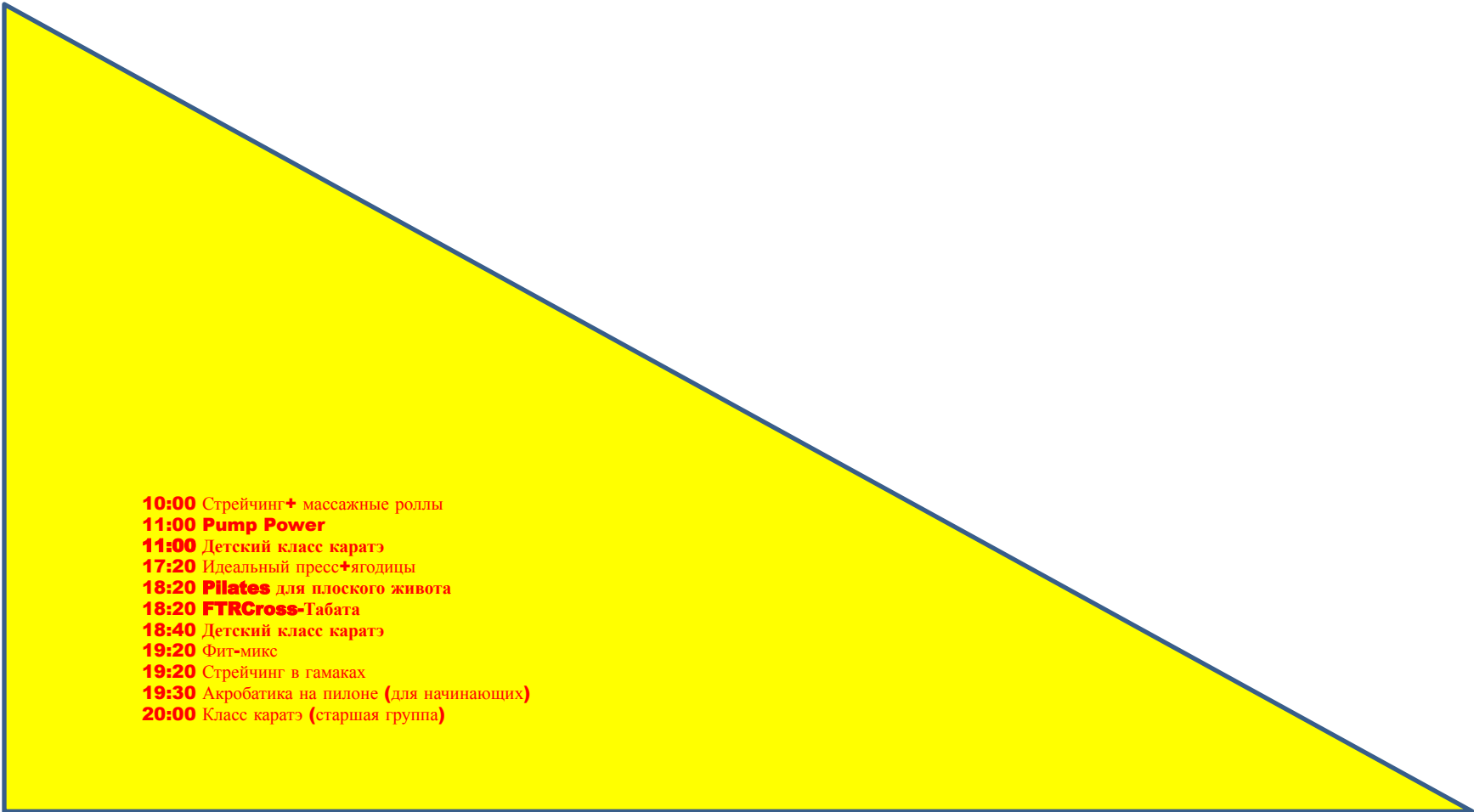
11:00 МФР

16:00 Детский класс каратэ

16:00 Ноги, пресс, ягодицы

17:20 Стрейчинг

JUMP



10:00 Стрейчинг+ массажные роллы
11:00 Pump Power
11:00 Детский класс каратэ
17:20 Идеальный пресс+ягодицы
18:20 Pilates для плоского живота
18:20 FTRCross-Табата
18:40 Детский класс каратэ
19:20 Фит-микс
19:20 Стрейчинг в гамаках
19:30 Акробатика на пилоне (для начинающих)
20:00 Класс каратэ (старшая группа)

Body Tonic

(силовая с элементами **Pilates**)

Функционал-й

https://vk.com/jump_22?w=app5898182_-78708314%217%20s%253D54495

ТРЕНИНГ Body Tonic

(силовая с элементами **Pilates**)

Ноги, пресс, ягодицы

среда

09:00 Функциональный тренинг

10:00 Pilates с оборудованием

11:00 Body Tonic (силовая с элементами **Pilates**)

16:00 Body Sculpt

17:20 Скульптура тела

18:00 Бокс

18:20 Step интервал

18:20 Pilates с оборудованием

18:40 Детский класс каратэ

19:20 Ноги, пресс, ягодицы

ЧЕТВЕРГ

10:00 Pilates для плоского живота

11:00 Pump Power

11:00 Детский класс каратэ

17:20 Функциональный тренинг

17:20 Pilates для плоского живота

18:00 Бокс

18:20 Hiit& Pump

18:20 Хитовые упражнения(пресс,ноги,ягодицы)

18:40 Детский класс каратэ

19:20 Фит-Микс

19:20 Стрейчинг+ массажные роллы

19:30 Боди балет на пилоне (для начинающих)

20:00 Класс каратэ(старшая группа)

ПЯТНИЦА

- 09:00** Силовая с оборудованием
- 10:00** Стрейчинг+МФР
- 11:00** **Body Tonic**
- 16:00** Идеальный пресс,ягодицы
- 17:20** **Body Power**
- 18:00** Бокс
- 18:20** Скульптура тела
- 18:20** Стрейчинг в гамаках
- 19:00** Оздоровительная практика «Цигун»
- 19:20** **Pilates** для плоского живота

СУББОТА

11:00 Hiit& Pump

11:00 МФР

16:00 Детский класс каратэ

16:00 Ноги, пресс, ягодичцы

17:20 Стрейчинг