

ФИТНЕС КЛУБ "алло"

8 915 181 22 03 8 925 232 14 77 www.allofit.ru

ПРОГРАММА АКТИВНОГО ПОХУДЕНИЯ

«Подготовка к лету» - 8 комплексов по 60 минут

ЗАПИСЬ НА ПРОБНОЕ БЕСПЛАТНОЕ ЗАНЯТИЕ

1. Изодинамические тренажеры GTS

Система «Два в одном» - без веса - за 30 минут сжигается 500 ккал

Нет изнурения - отдыхайте с пользой для фигуры и здоровья.

Полезно для мышц спины и для позвоночника. Укрепляет суставы.

2. Велнес-тренажеры (от 30 минут до часа)

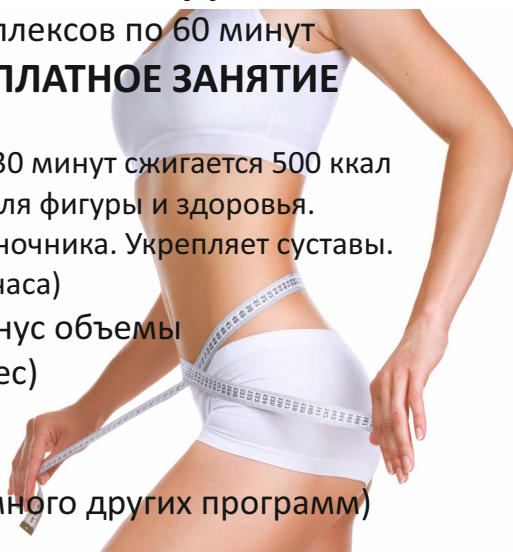
- ролик «Проблемные зоны» - минус объемы

- виброплатформа (ленивый фитнес)

- прессотренинг (нет целлюлиту)

3. Групповые занятия

(пилатес, калланетик, бест-фит и много других программ)



ФИТНЕС КЛУБ "алло"

8 915 181 22 03 8 925 232 14 77 www.allofit.ru

Для мужчин:

- атлетический зал - силовые тренажеры на все группы мышц
- персональный тренинг

Для женщин:

- изодинамические тренажеры GTS для любого возраста
- велнес тренажеры - удивительный эффект похудения
- групповые занятия - аэробные, силовые, танцевальные
- беговые дорожки, эллипсоид
- персональный тренинг



ул. Краснопролетарская д.16, стр.2
м. Новослободская 3 минуты пешком