

Фитнес-тур в Тайланд

Перезагрузись в отличной компании!!!

с 17 по 28 апреля

от 57 800 Р

Ваше путешествие будет сопровождать нутрициолог

Достижение желаемых результатов во время тура сильно зависит от Вашего питания. Поэтому мы предоставим Вам личного нутрициолога, который составит Ваш рацион питания и проследит за Вашими результатами.



Замер
показателей “До
тура”

С помощью калипера
определяем уровень
кожно-жировой ткани.



Консультации во
время тура

Составляем
индивидуальный рацион
питания



Отчёт о
результатах
“После тура”

С помощью калипера
снимаем результаты от
тренировок и питания



Консультации
после тура

Получайте полезные
рекомендации после тура,
чтобы сохранить результат

Отель – Naithonburi Resort 4*

Огромный отель, который является одним из лучших на побережье



Расписание фитнес-тура

<p>18 апреля</p> <p>Пробежка 7-00 Завтрак 10-00 <u>Функциональный тренинг</u> 11-45 Обед 13-00 Медитация на закате 17-30 Ужин 18-30</p>	<p>19 апреля</p> <p>7-00 Пробежка 10-00 Завтрак 11-45 Табата 13-00 Обед 17-30 Стретчинг 18-30 Ужин</p>	<p>20 апреля</p> <p>Пробежка 7-00 Завтрак 10-00 Круговая тренировка 11-45 Обед 13-00 Занятие по йоге на закате 17-30 Ужин 18-30</p>
<p>21 апреля</p> <p>7-00 Пробежка 10-00 Завтрак 11-45 Power legs 13-00 Обед 17-30 Дыхательная гимнастика 18-30 Ужин</p>	<p>22 апреля</p> <p>Пробежка 7-00 Завтрак 10-00 Едем на экскурсию 11-00 Ужин 18-30</p>	<p>23 апреля</p> <p>7-00 Пробежка 10-00 Завтрак 11-45 Пилатес 13-00 Обед 17-30 Вечерняя медитация 18-30 Ужин</p>
<p>24 апреля</p> <p>Пробежка 7-00 Завтрак 10-00 Динамичная круговая тренировка 11-45 Обед 13-00 Вечерняя Club Йога 17-30 Ужин 18-30 Лекция Стереотипы питания 20-00</p>	<p>25 апреля</p> <p>7-00 Пробежка 10-00 Завтрак 11-00 Animal gymnastics 13-00 Обед 13-00 Стретчинг на берегу моря 18-30 Ужин 21-00 Вечеринка в центре города</p>	<p>26 апреля</p> <p>Пробежка 7-00 Завтрак 10-00 Динамичная круговая тренировка 11-45 Обед 13-00 Вечерняя Club Йога 17-30 Ужин 18-30 Играем в настольные игры 20-00</p>
<p>27 апреля</p> <p>7-00 Пробежка 10-00 Завтрак 11-00 Animal gymnastics 13-00 Обед 13-00 Стретчинг на берегу моря 18-30 Ужин 21-00 Вечеринка в центре города</p>	<p>28 апреля</p> <p>Пробежка 7-00 Завтрак 10-00 Динамичная круговая тренировка 11-45 Обед 13-00 Улетаем домой 18-30</p>	

Информация по перелёту и погодным условиям

Мы работаем только с проверенными авиакомпаниями и отелями. Каждый тур подбирается по сезонности, погодным условиям и отношению цена-качество.

<p>Перелёт "Туда" 17.04.2019 Москва-Таиланд 03:50 – 14:00</p>	<p>Перелёт "Обратно" 28.04.2019 Таиланд -Москва 22:50 – 10:00</p>
---	---

В стоимость тура также включено:



Перелёт

У вас есть возможность исключить билеты из стоимости тура и отправить самостоятельно.



Комфортный трансфер

Мы организуем трансфер Аэропорт-Отель-Аэропорт на комфортабельном автобусе.



Проживание в отеле

Выбирайте номер Super View или Standart View.



Спортивная страховка

Спортивная страховка позволяет нам в случае спортивных травм получить мед помощь.



Клиентский набор

Мы выдадим Вам пакет документов для тура и подарки от нашей компании.



Тренировочная программа

Новейшая разработка от нашей компании, нацеленная на эффективный результат.



Сопровождение нутрициолога

Мы составим Вам индивидуальный рацион питания для фитнеса.



Экскурсии и досуг

Экскурсионная программа оплачивается отдельно. Так как у каждого свои предпочтения.

стоимость тура

Только программа Под запрос	Без перелета 57 800 р.	С перелетом 100 600р.
<p>(Без перелёта) (Без проживания)</p> <p>Тренировочная программа Клиентский набор Лекции и семинары</p> <p>*Цена может меняться в зависимости от приближения тура</p>	<p>(Без перелета) (Трансфер до отеля)</p> <p>10 ночей в DBL Питание: "Завтрак" Тренировочная программа Клиентский набор Лекции и семинары</p>	<p>(Перелет в обе стороны) (Трансфер до отеля) 10 ночей в DBL Питание: "Завтрак" Тренировочная программа Клиентский набор Лекции и семинары</p>