Имеретинский
ГОСТИНИЧНЫЙ КОМПЛЕКС

НА ТЕРРИТОРИИ **ПЛЯЖНОГО КЛУБА**

РАЗВЛЕКАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Время	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
8:55	Анонс предстоящего дня						
9:00 – 9:30	Круговая тренировка	Total Body	Интервальная тренировка	ABL (пресс и ноги)	Круговая тренировка	Bums (ягодицы)	Body sculpt
9:30 – 10.00	Пляжные игры						
10:00 – 10:30	Aqua Fitness	Аква-стретчинг	Aqua Fitness	Аква-аэробика	Аква-стретчинг	Аква-аэробика	Aqua Fitness
10:30 – 11:00	Аква-марафон	Семейные игры	Давай поспорим	Аква-марафон	Семейные игры	Аква-марафон	Давай поспорим
11:00 – 11:55	Пляжный Волейбол	Пляжный футбол	Пляжный Волейбол	Пляжный футбол	Пляжный Волейбол	Пляжный футбол	Пляжный Волейбол
11:55 – 12:00	Танцевальный Флешмоб-Гимн «Все к нам в Имеретинский»						
12:00 – 16:00	Lounge music						
15:55	Анонс программ						
16:00 – 17:00	Пляжный футбол	Пляжный Волейбол	Пляжный футбол	Пляжный Волейбол	Пляжный футбол	Пляжный Волейбол	Пляжный футбол
17:00-17:30	Табата	Функциональный тренинг	Комплекс ABS	Lower Body	Upper Body	Крепкий пресс	Total Body
17:30 – 18:00	Пляжные игры	Командный твистер	Бочча	Пляжные игры	Командный твистер	Дженга	Пляжные игры

ДЛЯ ДЕТЕЙ

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
9:00 – 9:15	Утренняя Зарядка «Солнечный день»						
9:15 – 10:00	Песочные замки	Мы вместе Активные игры	Эстафетный марафон	Песочные замки	Мы вместе Активные игры	Эстафетный марафон	Игры на взаимодействие
10:00 – 11:00	«Здравствуй, лето» Творческий мастер-класс						
11:00 – 12:00	Спортивные соревнования «Время первых»						
12.00 – 16.00	Перерыв						
16:00 – 17:00	«Радуга талантов» Творческая мастерская						
17:00-17:30	Коллаж желаний Коллективно творческое дело	Сокровища Чёрного моря	Шпионские шифры Коллективно творческое дело	Гавайский рай	Крокодил Командный баттл	Песочный мир	Аквамарафон Коллективно творческое дело
17:30 – 18:00	Пляжные игры (бадминтон, фрисби, мяч, ловушки)						