

# Выглядеть? Так на миллион!

Совершенно по особенному Новый год встречают в фитнес-клубе "Фристайл".



3 ноября в фитнес-клубе "Фристайл" стартовал традиционный проект "Тело моей мечты". И несмотря на то, что впереди много праздников - от Нового года до 8 Марта, участникам проекта расслабляться некогда. Все их силы брошены на достижение заветной цели - к пляжному сезону выглядеть на миллион!

Проект "Тело моей мечты" проводится во "Фристайле" уже второй раз. Впечатлившись сверхпозитивными успехами участников прошлогоднего проекта, в этом году под знаменем красоты и здоровья объединились 22 клиента фитнес-клуба в возрасте от 20 до 50 лет. Каждый из них определил свою цель и уже приступил к занятиям в тренажерном и аэробном залах под руководством инструкторов.

В течение трех с половиной месяцев участники должны сделать все, чтобы

привести в порядок свои размеры и формы. И хотя до конца проекта еще далеко, уже сейчас соревнующиеся, скрепя сердце, расстаются с любимыми блюдами, сладостями и алкоголем. Придется забыть о больших порциях, излишествах, добавках. Кроме того, отменяются ночные визиты к любимому холодильнику! Согласитесь, на фоне предстоящих праздников - это настоящий героизм.

Тренеры уверены, что ни одному из участников проекта не удастся избежать серьезной физической нагрузки. Даже если клиенты клуба регулярно занимались фитнесом, то соревновательный режим позволит им выйти на новый уровень и превзойти свои предыдущие достижения. Все как в настоящем спорте. Укрощаем аппетит - тренируем тело - закаляем волю - получаем результат и... нового человека!

Насколько новыми станут участники, покажет фитнес-тестирование, которое в марте проведут в фитнес-клубе "Фристайл". Кроме того, участников ждут соревнования по общефизической подготовке, дефиле в вечернем (коктейльном) платье. Дошедшие до финала, победившие лень и, как показал предыдущий опыт, сильно похорошевшие участники будут награждены грамотами и подарками. Победитель получит путевку от партнера проекта - **туристической фирмы "Спутник-Вояж"**.

**Фитнес-клуб "Фристайл"**  
(ул. Мира, 6/5)  
работает ежедневно,  
с 9 до 22 часов,  
телефон 2-18-98.