

**ПРОЕКТ  
ЕЛЕНА ШАКИРОВОЙ  
«ВЫ ГОТОВЫ ПОЙТИ СО МНОЙ?...»**

**Комплексная программа оздоровления  
и контроля веса**

*Немного мыслей и слов  
Зачем мне это нужно,  
и почему я это делаю*



**Имеющий уши да услышит...**

**Дорогие мои люди, которые  
готовы будут пройти со мной  
часть своей жизни ,навсегда и  
совершенно по-другому начать  
дышать, видеть, любить - в  
общем ЖИТЬ!...**

# ЧТО БУДЕТ...



# ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ

**ФИТНЕС**

**СТЕП**

**ЗУМБА**

**ПИЛАТЕС**

**БОДИФЛЕКС**

**И МНОГОЕ ДРУГОЕ...**

# ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ



# ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ

- \* ЧАЙНАЯ ПОЛЬЗА
- \* ПОСМЕЯТЬСЯ НАД СОБОЙ
- \* ВОЛШЕБНАЯ СИЛА ЗВУКА ( ТЕХНИКИ МЕДИТАЦИИ)
- \* ЗАПАХИ И МЫСЛИ
- \* СПАСИТЕЛЬНИЦА ВОДА
- \* МУДРОСТЬ РУССКОЙ БАНИ
- \* И БОГ НАМ В ПОМОЩЬ
- \* ВДОХ-ВЫДОХ (ТЕХНИКИ ДЫХАНИЯ)

# ЭТАПЫ ПРОГРАММЫ

- \* ГАДЖЕТ «ЗЕМЛЯ». ПЕРЕЗАГРУЗКА И ПОДЗАРЯДКА
- \* ЛЮБОВЬ РАЗНАЯ...
- \* ОТ 7-ми до 90-ста
- \* Жить, чтобы работать или работать, чтобы жить?...
- \* «Стоп-кадр!»- мой фотокалендарь
- \* «СВЕТ МОЙ- ЗЕРКАЛЬЦЕ, СКАЖИ) – КОСМЕТОЛОГИЯ  
И МНОГОЕ ДРУГОЕ)



# ОКТАБРЬ- НАШЕ НАЧАЛО самое необходимое...



# ГДЕ?



# СВЯЗЬ

## Елена Шакирова- Маркунина



# ЭТАП - КОСМЕТОЛОГИЯ



Аида

Набиуллина

Лидер бизнес-  
группы

Mary Kay

КАЗАНЬ

# С ТАКИМИ ЛЮДЬМИ СТОИТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ...

**Ерпылёва Светлана**

**ТРИАТЛОН**

**ЗИМНЕЕ ПЛАВАНИЕ**



**ЭТО ТОЛЬКО НЕБОЛЬШАЯ ЧАСТЬ**



# ЭКСПРЕСС-ОПРОС

- \* ТОЧНО ПОЙДУ
- \* ВОЗМОЖНО  
ПОЙДУ
- \* НЕ ПОЙДУ

# **СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ**

**БУДУ ОЧЕНЬ РАДА ВСЕМ, КТО ПРИМЕТ  
РЕШЕНИЕ И «ПОЙДЁТ СО МНОЙ»**

**ДО НОВЫХ ВСТРЕЧ!**

**С УВАЖЕНИЕМ ВАША  
ЕЛЕНА ШАКИРОВА**