



ЧИСТЫЕ ПРУДЫ

Велнес-клуб

ФИТНЕС

ТРЕНАЖЁРНЫЙ ЗАЛ

Персональная тренировка с тренером 60 мин/90 мин Classic/ Fitness/ Athletic, функционально-силовой и кардио тренинг	4 100/5 250
Персональная тренировка «Сплит» (для 2-х человек) 60 мин/90 мин	5 300/6 825

БАССЕЙН

Персональная тренировка по плаванию 60 мин/90 мин	4 100/5 250
Персональная тренировка «Сплит» (для 2-х человек) по плаванию 60/90 мин	5 300/7 150
Персональная тренировка функциональный тренинг в воде 60 мин/90 мин	4 600/5 750
Персональная тренировка «Сплит» (для 2-х человек) функциональный тренинг в воде 60 мин/90 мин	7 150/9 130
ЛФК в воде 60 мин/90 мин	4 600/5 750

БЛОКИ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК В ТРЕНАЖЁРНОМ ЗАЛЕ И БАССЕЙНЕ

Блок из 10 персональных тренировок с тренером 60 мин/90 мин	38 950/49 880
Блок из 20 персональных тренировок с тренером 60 мин/90 мин	72 000/97 125
Блок из 30 персональных тренировок с тренером 60 мин/90 мин	116 850/149 625

Предоставление услуг после 22:00 с наценкой 50%

ЦЕНЫ УКАЗАНЫ В РУБЛЯХ ВКЛЮЧАЮТ НДС
ALL PRICES ARE IN ROUBLES. VAT IS INCLUDED



ЧИСТЫЕ ПРУДЫ Велнес-клуб

ФИТНЕС

ФИТНЕС НАПРАВЛЕНИЯ

Функциональный тренинг 60 мин/90 мин Classic/ Combined/ Special, Crossfit, Kinesis, HIIT (высокоинтенсивный интервальный тренинг)	4 600/5 750
Специальные программы 60 мин/90 мин Pro Athlete, ОФП, Flexibility, Prenatal, «Senior», Balance & Stability	4 600/5 750
Тренинг ЛФК 60 мин/90 мин Реабилитация, программа «Коррекция веса»	4 600/5 750
Единоборства 60 мин/90 мин Бокс, кик-бокс, тай-бокс, борьба, дзюдо, самбо, комплексное единоборство, самооборона	4 600/5 750
Танцы 60 мин/90 мин Постановка свадебного танца, другие виды танца под любой запрос	4 600/5 750
Программы Outdoor 60 мин/90 мин Велотренировка, спортивная ходьба, скандинавская ходьба, Jogging, Running, подготовка к марафону	4 600/5 750
Спортивный зал 60 мин/90 мин Настольный теннис, баскетбол, волейбол, мини-футбол, бадминтон, теннис	4 600/5 750
Программы Mindfulness 60 мин/90 мин Йога, пилатес, практика в гамаке	4 600/5 750
Персональная тренировка «Сплит» (для 2-х человек) 60 мин/90 мин	7 150/9 130

БЛОКИ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК ФИТНЕС НАПРАВЛЕНИЙ

Блок из 10 персональных тренировок с тренером 60 мин/90 мин	43 700/54 625
Блок из 20 персональных тренировок с тренером 60 мин/90 мин	87 400/109 250
Блок из 30 персональных тренировок с тренером 60 мин/90 мин	131 100/163 875

Предоставление услуг после 22:00 с наценкой 50%

ЦЕНЫ УКАЗАНЫ В РУБЛЯХ ВКЛЮЧАЮТ НДС
ALL PRICES ARE IN ROUBLES. VAT IS INCLUDED



ЧИСТЫЕ ПРУДЫ

Велнес-клуб

MEDICAL WELLNESS

ВЕЛНЕС-ТЕСТИРОВАНИЕ

Определение состава тела и соматометрия (Медасс)	2 400
Оценка опорно-двигательного аппарата	3 100
ЭКГ в покое с расшифровкой	2 300
Спироэргометрия. Исследование сердечно-сосудистой системы под воздействием физической нагрузки	10 000
Консультация врача кардиолога	3 000
Оценка функции легких	

ДИЕТОЛОГИЯ

Консультации диетолога терапевта с целью анализа фактического питания	3 500
Консультации диетолога терапевта (первичная, повторная, завершающая)	5 000
Составление индивидуального меню на неделю (на основе авторской методики)	11 000

КОНСУЛЬТАЦИИ ВРАЧЕЙ СПЕЦИАЛИСТОВ

Консультация врача реабилитолога*	2 000
Консультация врача дерматокосметолога*	2 000

*при заказе услуг – консультация врача специалиста бесплатно

Предоставление услуг после 22:00 с наценкой 50%

ЦЕНЫ УКАЗАНЫ В РУБЛЯХ ВКЛЮЧАЮТ НДС
ALL PRICES ARE IN ROUBLES. VAT IS INCLUDED