

ГРУППОВЫЕ ПРОГРАММЫ Февраль 2018



Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
						12.00 ИЗОТОН Людмила
18.00 Здоровая спина Люда		18.00 Здоровая спина Люда		18.00 Здоровая спина Люда		
	18.30 ИЗОТОН ЛЮДМИЛА		18.30 ИЗОТОН ЛЮДМИЛА			
20.00 Кардио+стрейтч Людмила						

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

VIP CLUB - персональная тренировка в группе от 3 до 5 человек. По вопросам организации группы обращайтесь непосредственно к фитнес менеджеру.
Фитнес менеджер – Кулева Людмила

- E-mail: lkuleva@mail.ru
- Сайт: www.bassein-bm.ru
- Дополнительная информация по телефону +79223070888

ЛЮДМИЛА +79223070888

ВНИМАНИЕ! За превышение времени тренировки 1 час 30 минут взимается доплата:
До 15 минут- 100 рублей
Более 15 минут- 150 рублей
Более 30 минут- 200 рублей

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ГРУППОВЫХ ПРОГРАММ

1. До начала посещений групповых программ рекомендуется пройти вводный экскурс.
2. Посещение групповых занятий должно соответствовать Вашему уровню подготовленности. Это важно для эффективности и безопасности Ваших тренировок.
3. Посещение занятий допустимо только в спортивной форме при наличии специализированной обуви. Уличная обувь и одежда не допускаются. Рекомендации Вы можете получить у любого тренера нашего спортивного комплекса.
4. Опоздание на тренировку более чем на 10 минут делает Вашу тренировку травмоопасной. В целях Вашей безопасности инструктор имеет право не допустить Вас к занятию.
5. Места в залах групповых программ в нашем спортивном комплексе не резервируются.
6. На групповых занятиях сотрудники и клиенты нашего спортивного комплекса не пользуются мобильными телефонами. Они должны быть выключены.
7. Сильные «парфюмерные средства» усложняют интенсивный процесс дыхания во время занятий. Мы просим воздержаться от их применения.
8. В целях эффективности и безопасности занятий для всех клиентов спортивного комплекса использование музыкальной аппаратуры в зале и составление тренировочных упражнений и комплексов допустимо только тренерами нашего спортивного комплекса.
9. После занятия необходимо вернуть использованное оборудование в специально отведенные места хранения.
10. Администрация спортивного комплекса оставляет за собой право заменять заявленного инструктора и вносить изменения в расписание групповых программ.

СТОИМОСТЬ ЗАНЯТИЙ

СТОИМОСТЬ АБОНЕМЕНТА (1 МЕСЯЦ) ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ (1 ЧАС 30 МИН)

4 ЗАНЯТИЯ	1400
8 ЗАНЯТИЙ	2300
12 ЗАНЯТИЙ	3100
РАЗОВОЕ	500

СТОИМОСТЬ АБОНЕМЕНТА (1 МЕСЯЦ) ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ+ ПЛАВАНИЕ (2 ЧАСА)

4 ЗАНЯТИЯ	2000
8 ЗАНЯТИЙ	3300
12 ЗАНЯТИЙ	4800
РАЗОВОЕ	600

VIP CLUB

8 ЗАНЯТИЙ	5000
РАЗОВОЕ	800