



Москва, Даев переулок, д. 5

ГЛАВНАЯ О НАС УСЛУГИ КОМПАНИЯ ЦЕНЫ РАСПИСАНИЕ +7 (495) 737-33-70

555P

ПЕРВАЯ ГРУППОВАЯ ТРЕНИРОВКА



-20%
НА ВСЕ
АБОНЕМЕНТЫ



-20%
НА ВСЕ
АБОНЕМЕНТЫ

ПЕРВАЯ ГРУППОВАЯ
ТРЕНИРОВКА
5555 Р

КТО МЫ ?

PULSE – это первая элитная **боксерская студия**, расположенная в историческом центре Москвы, рядом с улицей Сретенка и Чистопрудным бульваром. Мы предлагаем нашим клиентам занятия по различным дисциплинам и любого уровня подготовки: бокс, кикбоксинг, тайский бокс, функциональные тренировки, йога, стретчинг, а также занятия для детей.

PULSE – это динамичная и чемпионская семья. Стремясь к совершенству, мы собрали команду из опытных тренеров и профессиональных спортсменов, подготовили первоклассный зал для занятий, в котором созданы все условия для реализации Вашего потенциала.

Наша миссия – помочь Вам стать физически и духовно сильнее, открыть для себя новые возможности и достичь поставленных задач.

Неважно кто Вы, профессиональный боец, почитатель боевых искусств или просто человек, который находится в поиске новых ощущений – в нашей студии Вы найдёте всё: от высококачественных групповых тренировок до персональных занятий, ориентированных на Ваши цели. **Ваши победы** – это наша работа!



PULSE NEVER STOPS!



ТРЕНИРОВКИ

BOXING

Классика боевых искусств. Мы научим не только бить и защищаться, но и поставим правильную технику удара, улучшим реакцию. Также, во время тренировки отработаем задания на лапах, груше и закрепим удар в легком спарринге. Тренировка подходит как для новичка, так и для профи. Зарядит на весь день, придаст уверенности, поможет сжечь до **800** калорий.

Бокс может сделать Вас более спортивным, улучшить Ваши рефлексы, сделать Вас более гибким в бою.

Для всех уровней подготовки.

60 минут

ТРЕНИРОВКИ

KICKBOXING

Вид контактного единоборства, зародившийся на базе карате и бокса, объединил в себе удары руками и ногами. Тренировки по **кикбоксингу** развивают силу, гибкость, ловкость, улучшают общее состояние организма.

Для всех уровней подготовки.

60 минут





ТРЕНИРОВКИ

MUAY-THAI

MUAY-THAI – в переводе означает «свободный бой». Это один из самых жестких, красивых и эффективных стилей единоборств. В настоящее время муай-тай приобрел широкую популярность благодаря своему неповторимому стилю ведения боя, который включает в себя ударную технику боя с помощью рук, локтей, коленей, ног и защитных приемов. Тренировки **помогут** сделать Ваше тело крепким, быстрым и улучшат физическую форму.

Для всех уровней подготовки.

60 минут



ТРЕНИРОВКИ

MUAY-THAI GIRLS

Один из самых красивых и эффективных стилей единоборств. Специально для **девушек** мы разработали программы, которые позволяют поддерживать **идеальную** физическую форму, нужный рельеф тела и гибкость.

Для всех уровней подготовки.

60 минут





ТРЕНИРОВКИ

FUNCTIONAL TRAINING

Тренировка направлена на развитие **всех** потенциалов человека: выносливость, скорость, сила, гибкость, координация. В основу занятий включены элементы тяжелой атлетики, гимнастики, аэробики и других видов спорта.

Наш зал укомплектован лучшим оборудованием и тренажерами. Профессиональная команда поможет организовать тренировки как для начинающих, так и для продвинутых учеников.

Более того, данный вид тренировок **укрепляет** сердечно-сосудистую и дыхательную системы, помогает быстро **сбросить** лишний вес.

Для всех уровней подготовки.

60 минут

ТРЕНИРОВКИ

STRETCHING

Тренировка состоит из элементов йоги, балета, фитнеса и направлена на **улучшение** гибкости и подвижности суставов Вашего тела.

Для всех уровней подготовки.

60 минут





ТРЕНИРОВКИ

YOGA

Совокупность практик, направленная на создание **гармонии** души и тела, раскрытие энергетического потенциала человека. Эффективный способ поддержки здоровья. Занятия **йогой** хорошо помогают растянуть тело, сухожилия, укрепить суставы, повысить тонус нервной системы, улучшить кровообращение и укрепить иммунитет.

Для всех уровней подготовки.

60 минут

ТРЕНИРОВКИ

BOXING & KICKBOXING KIDS

Постоять за себя должен **уметь** каждый! Мы воспитываем юных чемпионов с раннего возраста, помогаем им развивать физическую силу и выносливость, **учим** контролировать свои эмоции.

Занятия проводятся в группах для **детей** в возрасте от 6 до 12 лет и для более старшего возраста от 12 до 16 лет.

60 минут





ТРЕНИРОВКИ

ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ

Индивидуальный подход и достижение наивысших результатов. Обозначьте Вашу **цель** и мы подготовим для Вас самую эффективную программу тренировок. Наша команда – **лучшая** в своём деле и любая задача нам по плечу!

Персональные тренировки проводятся по всем занятиям для взрослых и детей. Также, Вы можете тренироваться вдвоем с другом, или в мини-группах от 3 до 5 человек.

Для всех уровней подготовки.

60 минут

ТРЕНЕРЫ



[f](#) [i](#) [v](#) [ЗАПИСАТЬСЯ](#)

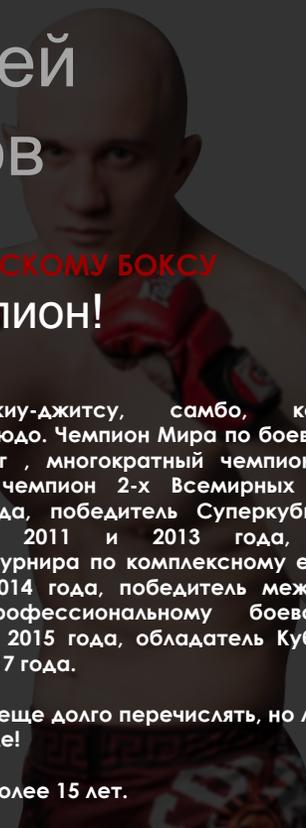


[f](#) [i](#) [v](#) [ЗАПИСАТЬСЯ](#)



[f](#) [i](#) [v](#) [ЗАПИСАТЬСЯ](#)

ТРЕНЕРЫ



Алексей Иванов

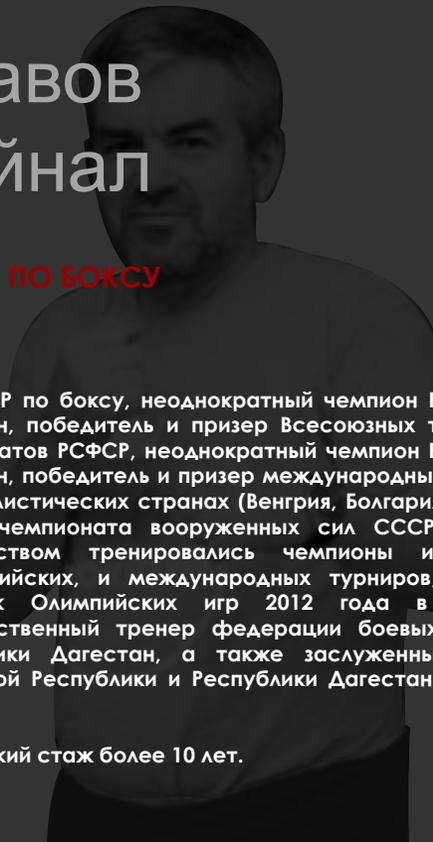
ТРЕНЕР ПО ТАЙСКОМУ БОКСУ
Наш чемпион!

МСМК по джиу-джитсу, самбо, комплексному единоборству и дзюдо. Чемпион Мира по боевому самбо и джиу-джитсу 2012г, многократный чемпион России по боевому самбо, чемпион 2-х Всемирных Игр Боевых Искусств 2013 года, победитель Суперкубка Мира по боевому самбо 2011 и 2013 года, победитель международного турнира по комплексному единоборству на Кубок ОДКБ 2014 года, победитель международного турнира по профессиональному боевому самбо «Платформа S-70» 2015 года, обладатель Кубка Мира по боевому самбо 2017 года.

Его заслуги можно еще долго перечислять, но лучше прийти и посмотреть в деле!

Тренерский стаж более 15 лет.

[f](#) [i](#) [vk](#) [ЗАПИСАТЬСЯ](#)



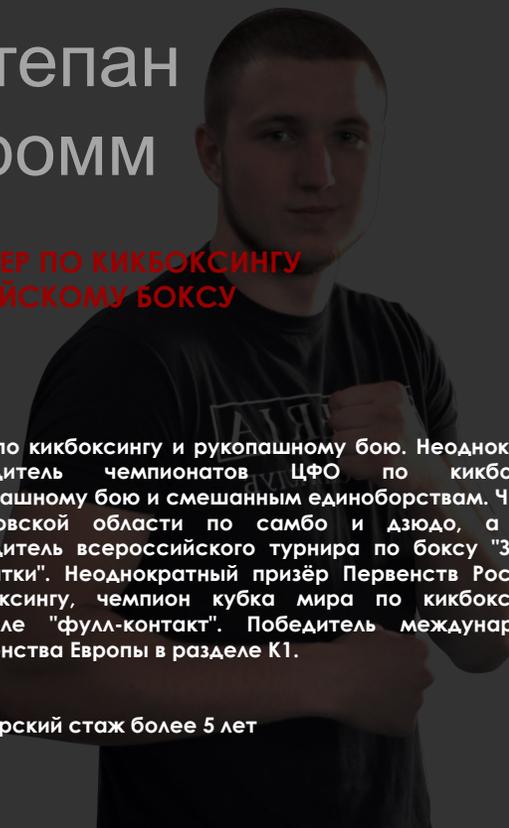
Акавов Зайнал

ТРЕНЕР ПО БОКСУ

МС СССР по боксу, неоднократный чемпион Республики Дагестан, победитель и призер Всесоюзных турниров и чемпионатов РСФСР, неоднократный чемпион Республики Дагестан, победитель и призер международных турниров в социалистических странах (Венгрия, Болгария, Польша), призер чемпионата вооруженных сил СССР. Под его руководством тренировались чемпионы и призеры Всероссийских, и международных турниров, а также участник Олимпийских игр 2012 года в Лондоне! Государственный тренер федерации боевых искусств Республики Дагестан, а также заслуженный учитель Чеченской Республики и Республики Дагестан. Кандидат наук.

Тренерский стаж более 10 лет.

[f](#) [i](#) [vk](#) [ЗАПИСАТЬСЯ](#)



Степан Кромм

ТРЕНЕР ПО КИКБОКСИНГУ И ТАЙСКОМУ БОКСУ

КМС по кикбоксингу и рукопашному бою. Неоднократный победитель чемпионатов ЦФО по кикбоксингу, рукопашному бою и смешанным единоборствам. Чемпион Московской области по самбо и дзюдо, а также победитель всероссийского турнира по боксу "Золотые перчатки". Неоднократный призёр Первенств России по кикбоксингу, чемпион кубка мира по кикбоксингу в разделе "фулл-контакт". Победитель международного первенства Европы в разделе K1.

Тренерский стаж более 5 лет

[f](#) [i](#) [vk](#) [ЗАПИСАТЬСЯ](#)



ТРЕНЕРЫ

Вадим Сулейманов

ТРЕНЕР ПО ТАЙСКОМУ БОКСУ

КМС по панкратиону, рукопашному бою и комплексному единоборству. Чемпион Москвы и бронзовый призер чемпионата России среди студентов по панкратиону. Чемпион Москвы по рукопашному бою, бронзовый призер Москвы по комплексному единоборству.

Тренерский стаж 2 года.



ЗАПИСАТЬСЯ

Алексей Казаренков

ТРЕНЕР ПО ФУНКЦИОНАЛЬНОМУ ТРЕНИНГУ

Многократный участник и победитель соревнований по функциональному многоборью. Crossfit Judge. Персональный тренер по фитнесу. Призер открытых турниров по смешанным единоборствам.

Тренерский стаж более 6 лет.



ЗАПИСАТЬСЯ

Ирина Русских

ТРЕНЕР ПО ЙОГЕ И СТРЕТЧИНГУ

МС России по художественной гимнастике, сертифицированный инструктор классической аэробики. Экс-солистка балета Аллы Духовой "Тодес" 2004-2009 г. и педагог школ-студий "Тодес" 2008-2012 г. Гастрольные туры в составе балета "Тодес" по России, США, Монако, Израиль (2004-2009гг.). Работа с ведущими артистами российской эстрады. Интересуется биоэнергетикой, эзотерикой, знает много о правильном питании. 3 года не употребляет мясо.

Тренерский стаж более 10 лет.



ЗАПИСАТЬСЯ

ТРЕНЕРЫ

Александр Яковлев

**ТРЕНЕР
ФУНКЦИОНАЛЬНОМУ ТРЕНИНГУ**

Crossfit Level 1. Crossfit Judge, профессиональный Crossfit судья с 2012 года. Судья всех крупнейших российских соревнований. Инструктор Гонки Героев с 2014 года. Почетный инструктор.

Тренерский стаж более 4 лет.

   [ЗАПИСАТЬСЯ](#)

Кирилл Володченко

ТРЕНЕР ПО БОКСУ

МС России по боксу, неоднократный победитель и призёр Всероссийских и международных турниров по боксу. Выпускник Сибирского государственного университета Физической культуры и спорта, «Кафедра теории и методики Бокса». Воспитал 4х действующих профессиональных боксёров. Тренер и менеджер по профессиональному боксу, основал и возглавлял Омское Региональное Отделение Федерации профессионального бокса России с 2016-2018 г.

Тренерский стаж 10 лет

   [ЗАПИСАТЬСЯ](#)

   [ЗАПИСАТЬСЯ](#)



ЦЕНЫ

АБОНЕМЕНТЫ

1 месяц	6 месяцев Заморозка 15 дней	12 месяцев Заморозка 30 дней
8 ТРЕНИРОВОК 7 000 Р	48 тренировок 38 500 Р	96 ТРЕНИРОВОК 61 000 Р
12 ТРЕНИРОВОК 9 500 Р	72 тренировки 45 500 Р	144 тренировки 75 500 Р
БЕЗЛИМИТНЫЕ ТРЕНИРОВКИ 11 500 Р	БЕЗЛИМИТНЫЕ ТРЕНИРОВКИ 55 500 Р	БЕЗЛИМИТНЫЕ ТРЕНИРОВКИ 95 000 Р



ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ

1 ТРЕНИРОВОКА 3 000 Р	5 ТРЕНИРОВОК 14 250 Р	10 ТРЕНИРОВОК 27 000 Р
-----------------------	-----------------------	------------------------

СПЛИТ (2 ЧЕЛОВЕКА)

1 ТРЕНИРОВОКА 2 400 Р	5 ТРЕНИРОВОК 11 500 Р	10 ТРЕНИРОВОК 21 500 Р
-----------------------	-----------------------	------------------------

СВОЯ ГРУППА (3-5 ЧЕЛОВЕК)

1 ТРЕНИРОВОКА 1 500 Р	5 ТРЕНИРОВОК 7 500 Р	10 ТРЕНИРОВОК 13 000 Р
-----------------------	----------------------	------------------------





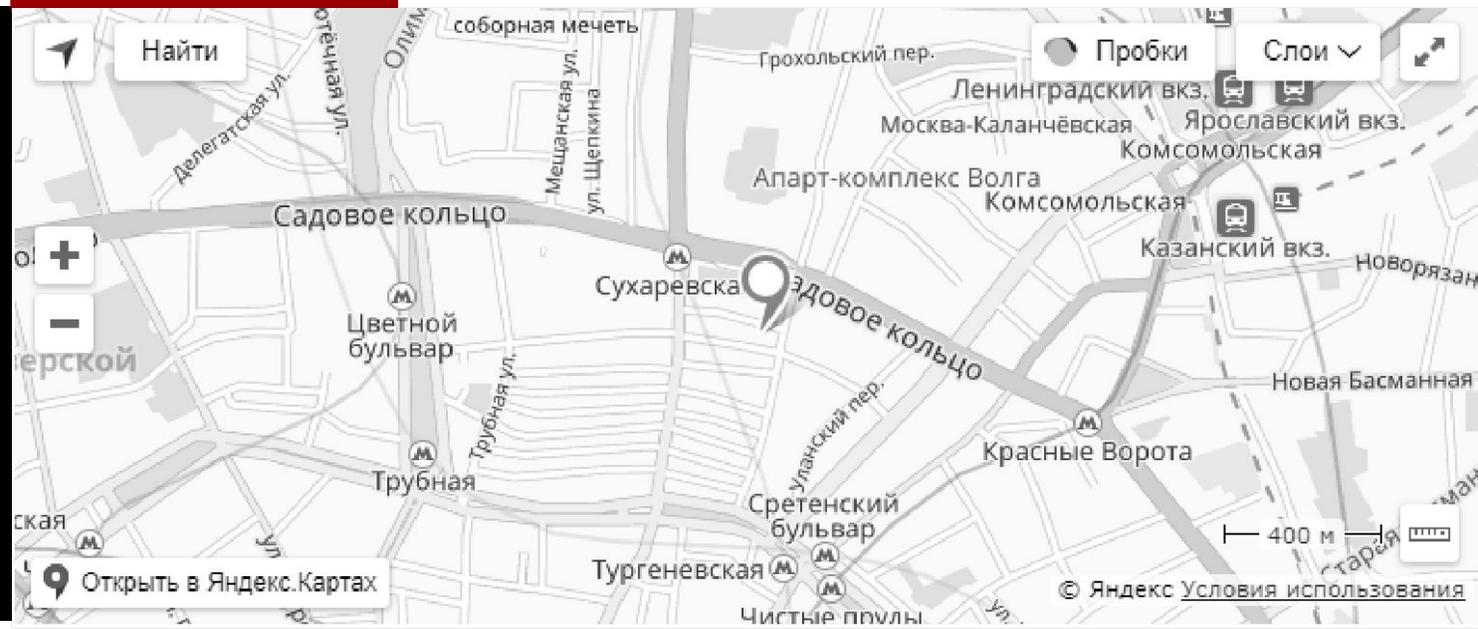
контакты

+7 (495) 737-33-70
info@pulsemsk.com

Москва, Даев переулок, дом 5
Вход со стороны Ананьевского переулка.

Имеется собственная парковка (бронирование обязательно)

График работы:
Понедельник - Пятница: **07:00 – 22:00**
Суббота, Воскресение: **09:00 – 20:00**



PULSE NEVER STOPS!



