



***fitness
forma***





**FITNESS FORMA КЛУБ ФОРМАТА
UPPER MIDDLE ПО ДОСТУПНОЙ ЦЕНЕ**

Общая площадь клуба 1900 кв м

Количество членов клуба 1600 человек

Среднее количество посещений в день 600

**Единовременная пропускная способность 300
человек**

Стоимость клубной карты 550 евро за 12 месяцев

**Средняя стоимость дополнительной услуги 10
евро**







ЗОНИРОВАНИЕ ПОМЕЩЕНИЙ FITNESS FORMA

Наименование зоны	КВ М
Сервис зона	379
Санитарная зона	326
Зона Бассейна	520
Зона групповых фитнес программ и функционального тренинга	200
Зона тренажерного зала, кардио	475

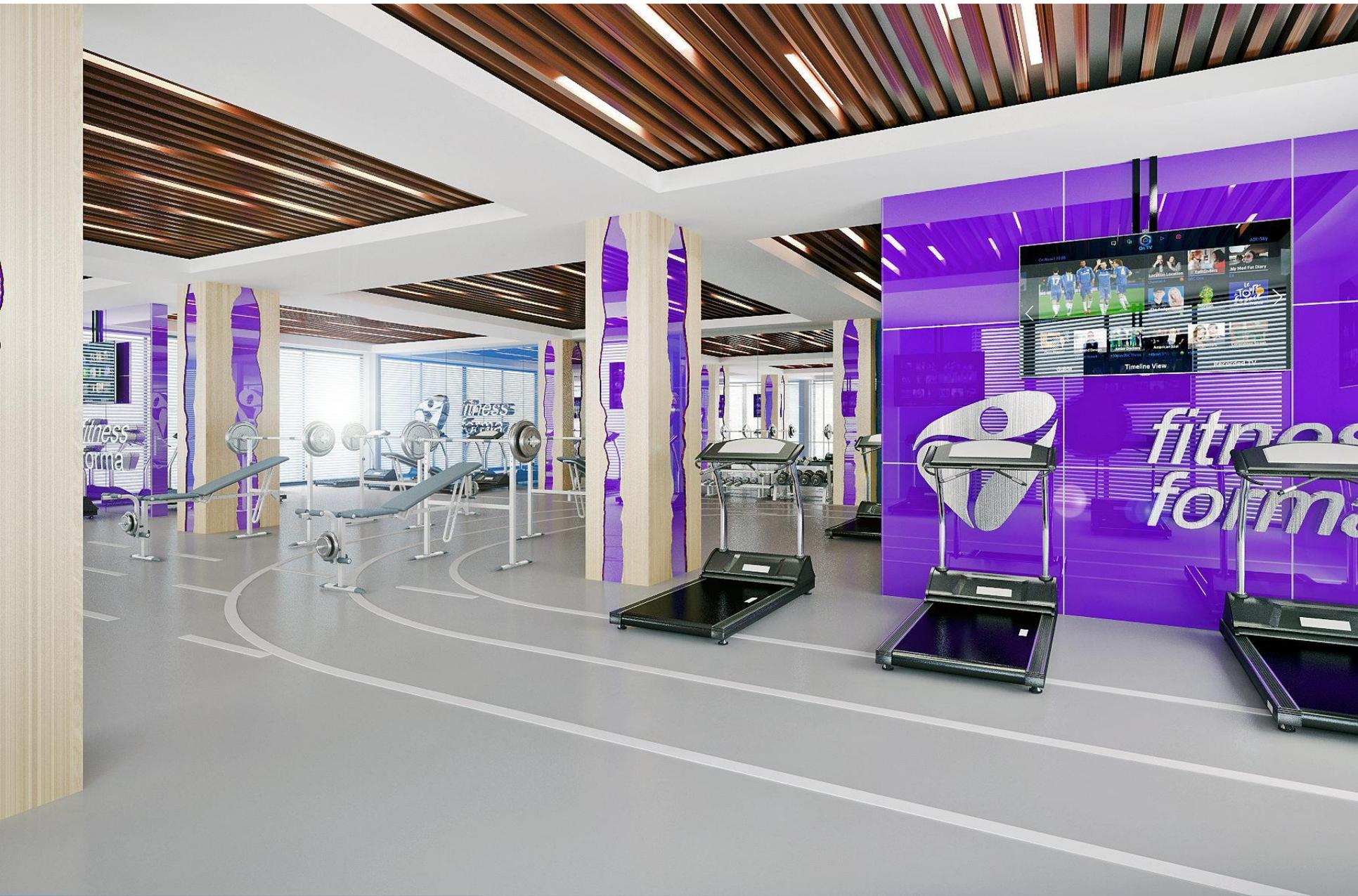
БАССЕЙН ДЕТСКИЙ 10 на 5 м



БАССЕЙН СПОРТИВНЫЙ 25
метров







fitness
forma

fitness
forma



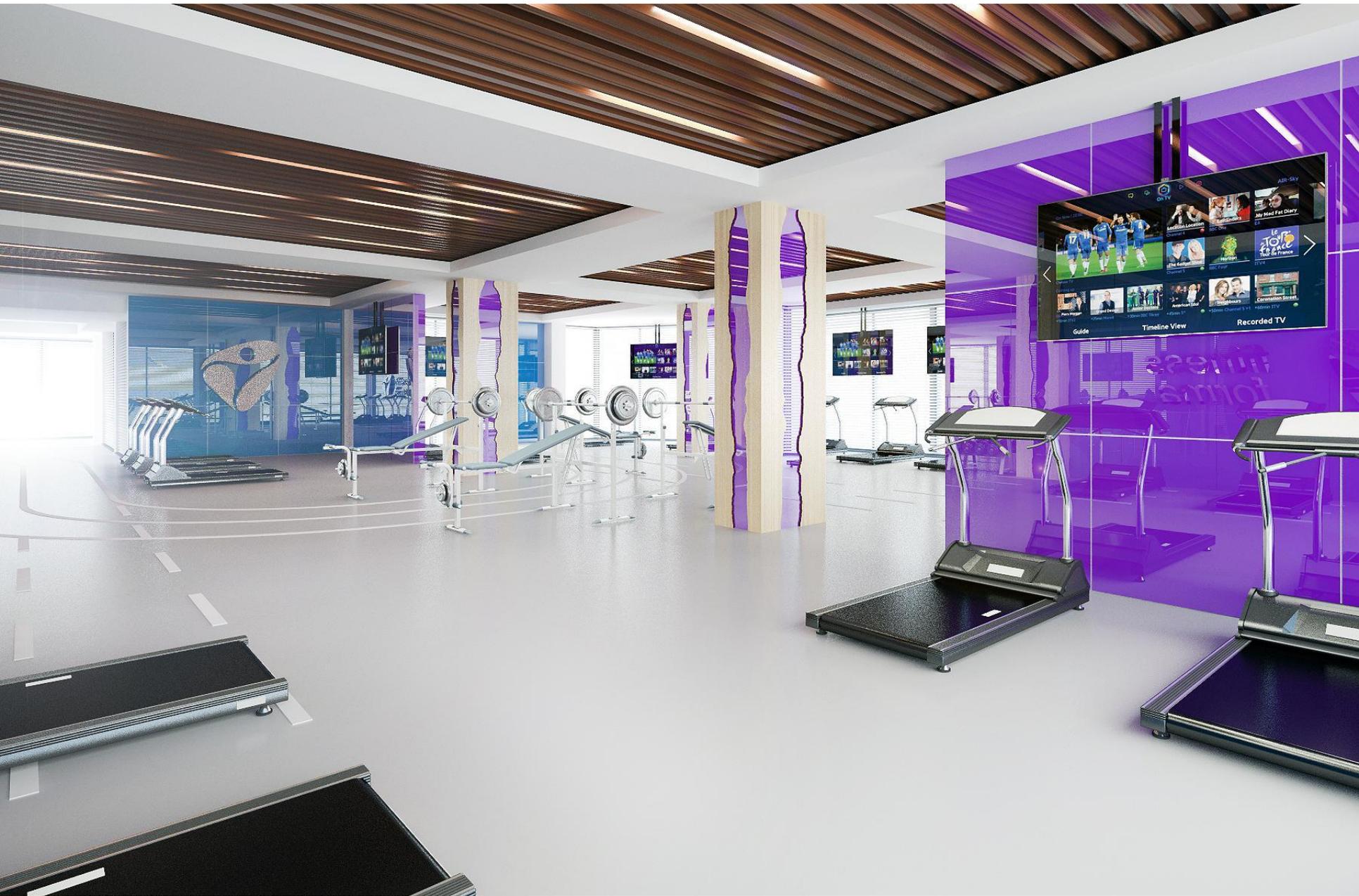
fitness
forma



УСЛУГИ, ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫЕ ВЛАДЕЛЬЦАМ КЛУБНЫХ КАРТ FITNESS FORMA К. ВЫРНАВ\ТЕСТЕМИЦИАНУ



- Неограниченное посещение фитнес клуба на период действия клубной карты
- Бассейн 25 м и малый бассейн 10 на 5 кв м
- Джакузи на 16 посадочных мест
- 2 зала групповых фитнес программ и функционального тренинга
- Групповые фитнес программы в бассейне
- Тренажерный зал, укомплектованный современным оборудованием STAR TRAC (USA)
- Кардио театр STAR TRACK
- Зал Спиннинг in GYM в зоне тренажерного зала
- Вводные инструктажи в тренажерном зале, бассейне
- Фитнес тестирование
- Квалифицированный фитнес персонал
- Банный комплекс
- Детский фитнес
- Teens Club
- Неограниченное посещение студии «FITNESS FORMA» Траедафирилор.
- Санитарная зона: просторные и комфортные раздевалки, раздевалка МАМА +
- Индивидуальный и сейфовый шкаф на время тренировки
- Гостевые визиты для друзей
- Удобный паркинг
- Неограниченное посещение студии «FITNESS FORMA» Трандафирилор 33\3



УСЛУГИ, ПРЕДОСТАВЛЯЕМЫЕ ЗА ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПЛАТУ



- Персональный тренинг
- Детские персональные тренировки
- Составление программы тренировок
- Составление программы питания
- Инновационные фитнес программы: EL'CARA beauty lab, Total Control, Trainer With U
- Массаж
- Услуги Салона Красоты
- Обучение плаванию (дети)
- Банные процедуры
- Фитнес кафе
- Солярий
- Фитнес магазин (в том числе EL'CARA)
- Фитнес туризм
- OUTDOOR Программы
- Дополнительные гостевые визиты
- Полотенце\халат на время тренировки
- Дополнительное фитнес тестирование
- Консультации фитнес врача



ДЕТСКИЙ КЛУБ FORMO4KA



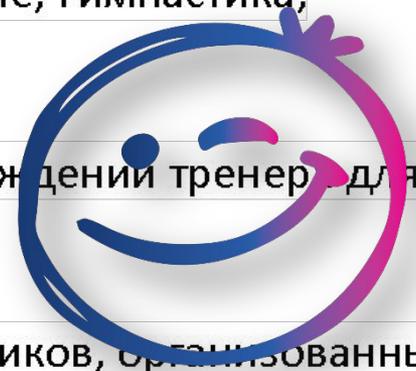
formo4ka



ДЕТСКИЙ КЛУБ FORMO4KA

Услуги, включенные в стоимость детской клубной карты детский клуб «FORMO4KA»:

- Посещение клуба согласно расписанию детских групповых фитнес программ (Залы групповых фитнес программ, детская комната, бассейн)
 - Посещение бассейна (от 3 до 12 лет в сопровождении ответственного лица старше 18 лет или персонального тренера)
 - Посещение детской комнаты (не более 3-х часов в день, при условии нахождения ответственного лица старше 18 лет на территории клуба)
 - Групповые детские фитнес программы: Аква, Танцевальные, Гимнастика, игровые классы, Йога.
 - OUTDOOR программы по дополнительному расписанию
 - Посещение тренажерного зала в малых группах в сопровождении тренера для группы 13+
 - Посещение тренажерного зала для детей 14+
 - Посещение детских мероприятий, соревнований и праздников, организованных на территории клуба (администрация оставляет за собой право взимать дополнительную плату за участие в праздниках)
 - Неограниченное посещение детских групповых фитнес программ согласно возрастным группам и расписанию в фитнес студии ФИТНЕС ФОРМА
- Трандафирилор 33\3



formo4ka

ОБОРУДОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА



ОБОРУДОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

Линейка кардио и силового оборудования STAR TRAC максимально отвечающая критерию ЦЕНА-КАЧЕСТВО,.

Кардио оборудование оснащено пользователь -ориентированными функциями:

двойные отдельные вентиляторы, горячая клавиша отображения и мониторинга показателя частоты сердечных сокращений, а также технология Soft TracR.

Консоли OpenHub™ обеспечивают возможность проигрывания медиа, регистрацию показателей во время тренировки и решения по управлению ресурсами, гарантирующие получение полного

ес-клубов, так и



ОБОРУДОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА



ОБОРУДОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

Наряду с о стандартным набором силовых блочных тренажеров представлены уникальные аппараты , нагружаемые дисками.



**NAUTILUS.
LEVERAGE™**

ЕДИНСТВЕННЫЕ В СВОЕМ РОДЕ
СИЛОВЫЕ ТРЕНАЖЕРЫ
С НАГРУЖЕНИЕМ ДИСКАМИ

Тренажерное оборудование для силовых тренировок Nautilus Leverage™ предлагает испытать непревзойденные ощущения во время тренировок с дополнительной нагрузкой дисками, а также характеристиками, затмевающими существующие конкурентные предложения. Силовые тренажеры Leverage оснащены рукоятками из нержавеющей стали с накаткой, устройствами регулировки положения сиденья и функцией предварительного натяжения. Посредством использования множества рычагов и кулачков в тренажерном оборудовании Leverage создается уникальный профиль подъема при выполнении каждого движения, тем самым максимально увеличивая механику движения тела. Впечатляющий дизайн и наличие встроенных кронштейнов для хранения грузовых дисков линейки силовых тренажеров Leverage придется по душе владельцам и посетителям спортивных клубов. Все дело в ощущении, и как только вы начнете выполнять упражнение на силовых тренажерах Leverage, тренировки на жим и тягу с нагружением грузовыми дисками больше не будут прежними.



ОБОРУДОВАНИЕ ТРЕНАЖЕРНОГО ЗАЛА

Инновационным решением является размещение САЙКЛ студии в тренажерном зале, что преследует 2 цели: как продвижение групповой фитнес программы САЙКЛ (тренировки проводятся согласно расписанию инструктором групповых фитнес программ), так и увеличение количества кардио оборудования (особенно в часы пиковой загрузки)



ГРУППОВЫЕ ФИТНЕС ПРОГРАММЫ

По статистике Групповые фитнес программы посещают более 60% членов клуба.

Различие стилей и направлений данной услуги гарантирует максимальный охват пользователей



АКВА ЗОНА

К услугам владельцев клубных карт Олимпийский и детский бассейны.

Система фильтрации и очистки воды стандартная на основе жидкого хлора.

В аква зоне размещен джакузи на 12 мест

Групповые аква фитнес программы стандартные и детские
Релакс зона на 20 человек



БАННЫЙ КОМПЛЕКС

Представлены инфракрасная 8 кв м и русская сауны 20 кв м с панорамным окном



РАЗДЕВАЛКИ

Для Вашего удобства
специально отдельная
раздевалка МАМА +



ФИТНЕС КАФЕ

В фитнес кафе представлен широкий выбор спортивного питания , а так же **ROW** смузи, чай, кофе, **DETOX** продукция



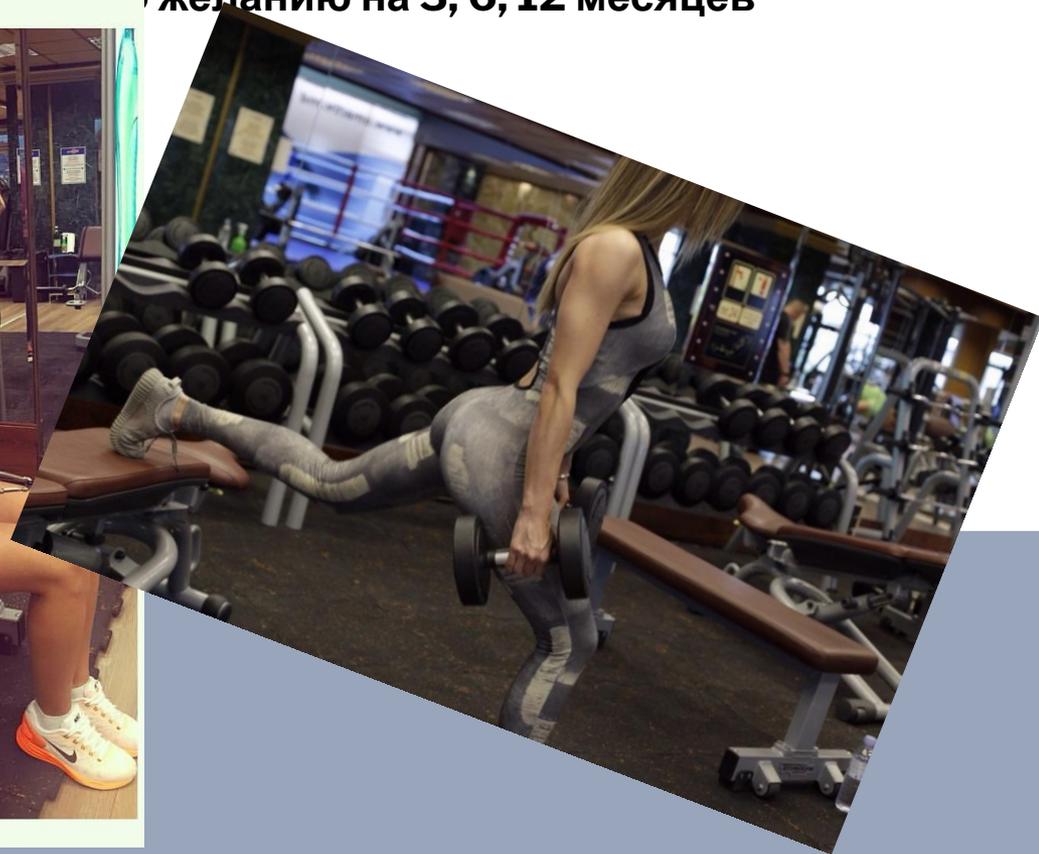
САЛОН КРАСОТЫ

В салоне красоты оборудовано 8 мест для специалистов-мастеров маникюра, педикюра, стилистов, косметологов



ИННОВАЦИОННЫЕ ФИТНЕС ПРОГРАММЫ

EL'SARA DYNAMIC LAB Программа, включающая в себя комплекс оказываемых услуг, направленных на развитие и совершенствование как физических, так и имиджевых качеств потребителя. Классы позирования, дефиле, рекомендации по питанию и формированию собственного стиля-как дополнение к тренировочной программе. Курс по желанию на 3, 6, 12 месяцев

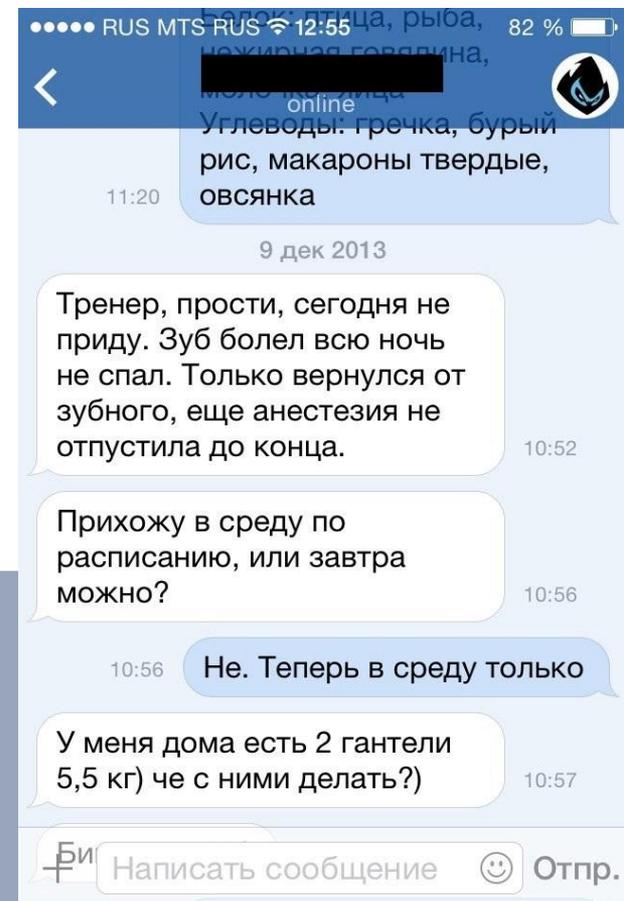
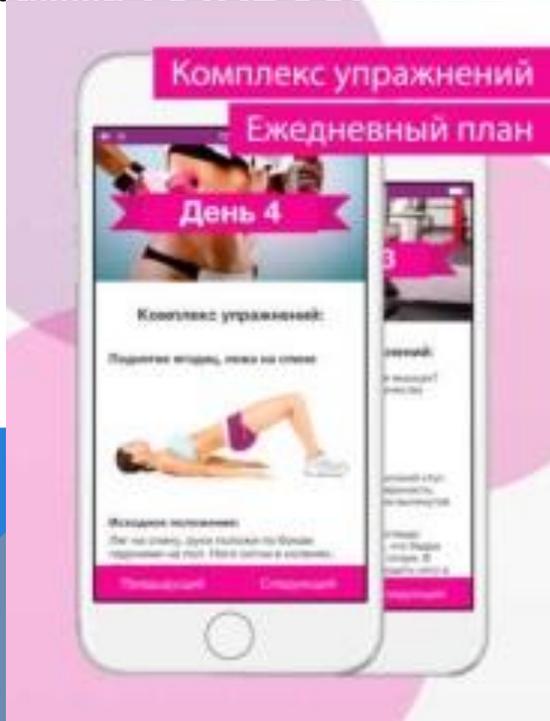


ИННОВАЦИОННЫЕ ФИТНЕС ПРОГРАММЫ

Программа **TRAINER WITH U** Программа эффективного тренинга и рекомендаций по распределению нагрузок, во взаимосвязи с программой питания, поддерживаемая **SOFT** ом, позволяющим быть на постоянной **24-часовой** связи с Персональным тренером и/или инструктором **FITNESS FORMA**

Предлагается на период **6 и 24** месяцев

Программа **TOTAL CONTROL**



ИННОВАЦИОННЫЕ ФИТНЕС ПРОГРАММЫ

Программа TOTAL CONTROL

По желанию потребителя данной услуги составление тренировочной программы с выдачей ежедневного режима сна, тренировок, питания, подтверждаемая Feed Back отчетами.

Гарантированный результат достижения поставленных целей в установленные (в пределах разумного) сроки .

