

FITNESS ZONE



СИЛОВАЯ ТРЕНИРОВКА.

КОМПЛЕКС СПЕЦИАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ С ПОСТОЯННЫМ УВЕЛИЧЕНИЕМ ВЕСОВОЙ НАГРУЗКИ, НАПРАВЛЕННЫЙ НА УКРЕПЛЕНИЕ ОПОРНО-ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ.



FLY FIT

НАПРАВЛЕНИЕ ФИТНЕСА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ГАМАКА, КОТОРОЕ СОЧЕТАЕТ В СЕБЕ ГИМНАСТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ, ЭЛЕМЕНТЫ СИЛОВОЙ ТРЕНИРОВКИ, А ТАКЖЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАССЛАБЛЕНИЕ ТЕЛА И ВЫТЯЖЕНИЕ ПОЗВОНОЧНИКА



ТАБАТА

ТАБАТА – ЭТО МЕТОДИКА УПРАЖНЕНИЙ, ОСНОВАННАЯ НА ИНТЕРВАЛЬНЫХ ВЫСОКОЭФФЕКТИВНЫХ НАГРУЗКАХ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ ЗА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ В МАКСИМАЛЬНОМ КОЛИЧЕСТВЕ ПОВТОРЕНИЙ. ВЫПОЛНЯЮТСЯ ДВИЖЕНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СОБСТВЕННОГО ВЕСА И ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБОРУДОВАНИЯ. НАПРАВЛЕНА НА РАЗВИТИЕ ВСЕХ МЫШЕЧНЫХ ГРУПП ЗА ОДНУ ТРЕНИРОВКУ.



СТЕП

СТЕП-АЭРОБИКА — ЭТО ВИД КАРДИОТРЕНИРОВКИ НА ОСНОВЕ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ДВИЖЕНИЙ, ВЫПОЛНЯЕМЫХ С ПОМОЩЬЮ СТЕП-ПЛАТФОРМЫ. РЕГУЛЯРНЫЕ ЗАНЯТИЯ ОЗДОРОВЛИВАЮТ ОРГАНИЗМ, ПОЗВОЛЯЮТ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА И СФОРМИРОВАТЬ КРАСИВУЮ ПОДТЯНУТУЮ ФИГУРУ, А ТАКЖЕ ВЫНОСЛИВОСТЬ И УЛУЧШЕНИЕ РАБОТЫ СЕРДЕЧНО- СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ



ПИЛАТЕС

КОМПЛЕКС ГИМНАСТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ, НАПРАВЛЕННЫЙ НЕ НА РАЗВИТИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ СИЛЫ, А ПРИВЕДЕНИЕ ОРГАНИЗМА В ТОНУС И ОЗДОРОВЛЕНИЕ. МЕТОДИКА ОСНОВАНА НА ЭЛЕМЕНТАХ ЙОГИ И СТРЕЙЧИНГА.

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗАНЯТИЕ

750 РУБ.

РАЗОВОЕ ЗАНЯТИЕ

400 РУБ.

АБОНЕМЕНТ НА МЕСЯЦ (4 ЗАНЯТИЯ)

1300 РУБ.

АБОНЕМЕНТ НА МЕСЯЦ (9 ЗАНЯТИЯ)

2500 РУБ.

АБОНЕМЕНТ НА МЕСЯЦ (14 ЗАНЯТИЯ)

3600 РУБ.



МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ

КОНСУЛЬТАЦИЯ ТЕРАПЕВТА

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- БОЛЕЗНИ СЕРДЦА И СОСУДОВ;
- БОЛЕЗНИ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ И ПИЩЕВАРЕНИЯ;
- БОЛЕЗНИ КОСТНО-МЫШЕЧНОЙ, ЭНДОКРИННОЙ И МОЧЕВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМ.

ПЕРВИЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
900 РУБ.

ПОВТОРНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
700 РУБ.

КОНСУЛЬТАЦИЯ НЕВРОЛОГА

ЛЕЧЕНИЕ НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ, СОСТОЯНИЙ, МЕДИКАМЕНТОЗНОЕ ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПОСЛЕ ОНМК, КОРРЕКЦИЯ НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ ОСЛОЖНЕНИЙ ПРИ КОМОРБИДНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (АРТЕРИАЛЬНАЯ ГИПЕРТОНΙΑ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ, АСТЕНИЧЕСКИЙ СИНДРОМ).

ПЕРВИЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
1100 РУБ.

ПОВТОРНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
900 РУБ.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ТРИХОЛОГА/ДЕРМАТО-ВЕНЕРОЛОГА

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:

- . ЗАБОЛЕВАНИЯ КОЖИ У ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ
- . УГРЕВАЯ БОЛЕЗНЬ
- . ЗАБОЛЕВАНИЯ ВОЛОС И КОЖИ ГОЛОВЫ.

ПЕРВИЧНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
1500 РУБ.

ПОВТОРНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ
1200 РУБ.

КОНСУЛЬТАЦИЯ ПСИХОЛОГА

КОНСУЛЬТАЦИЯ
1650 РУБ.

- * ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ.
- * ПСИХОДИАГНОСТИКА (СОСТАВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТНЫХ ПОРТРЕТОВ).
- * РАБОТА С ПОДРОСТКАМИ.
- * СЕМЕЙНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ.
- * ПРОФИЛАКТИКА НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ, ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К КОРРЕКЦИИ ВЕСА.

МЕДИЦИНСКИЕ МАНИПУЛЯЦИИ

ИНЪЕКЦИЯ ВНУТРИМЫШЕЧНАЯ, ПОДКОЖНАЯ
(ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ПРЕПАРАТ ПАЦИЕНТА)

130 РУБ

ИНЪЕКЦИЯ ВНУТРИВЕННАЯ
(ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ПРЕПАРАТ ПАЦИЕНТА)

195 РУБ

ВНУТРИВЕННОЕ КАПЕЛЬНОЕ ВВЕДЕНИЕ
(ЛЕКАРСТВЕННЫЙ ПРЕПАРАТ ПАЦИЕНТА)

350 РУБ

ВЫЕЗД СПЕЦИАЛИСТА НА ДОМ

500 РУБ

