



**RadugaFitness**

Твой формат движения



# RADUGAFIT

Современный спортивный центр с бассейном, общей площадью 3000 кв. метров.

Мы работаем много лет для того, чтобы вы могли с комфортом и удовольствием восстановить и укрепить собственное здоровье, развивать бодрость души и тела.

- Тренажерный зал
- Групповые программы
- Персональный тренинг
- Бассейн
- Джакузи
- Хаммам
- Сауна
- Солярий
- Биоимпедансометрия
- Детские программы
- Аренда теннисных кортов

**НАШ КЛУБ  
РАБОТАЕТ ДЛЯ ВАС  
БОЛЕЕ 15 ЛЕТ!**

Г.Раменское ул. Народная 21

# ПРАЙС НА КЛУБНЫЕ КАРТЫ

## БЕЗЛИМИТНАЯ

**1 МЕСЯЦ - 11250 руб.**

**3 МЕСЯЦА - 17850 руб.** ( 1 месяц 5950 р. )

**6 МЕСЯЦЕВ – 29700 руб.** ( 1 месяц 4950 р. )

**12 МЕСЯЦЕВ – 51850 руб.** ( 1 месяц 4320 р. )

## ПОСЕЩЕНИЯ

**3 МЕСЯЦА - 12750 руб.**

**15 ПОСЕЩЕНИЙ** ( 1 посещение 850 р. )

**12 МЕСЯЦЕВ - 33750 руб.**

**50 ПОСЕЩЕНИЙ** ( 1 посещение 675 р. )

## ДНЕВНЫЕ БУДНИ ( до 16:00 )

**1 МЕСЯЦ - 9250 руб.**

**6 МЕСЯЦЕВ – 25700 руб.** ( 1 месяц 4283 р. )

**12 МЕСЯЦЕВ – 45850 руб.** ( 1 месяц 3487 р. )



## ЧАСЫ РАБОТЫ КЛУБА

**Будни 7:00-23:00**

**Выходные 8:00-22:00**



# ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ 500 м<sup>2</sup>

**НАШ КЛУБ**  
ПРЕДОСТАВЛЯЕТ  
**УСЛУГИ:**

Оснащен силовыми и кардио оборудованием высочайшего класса **Life Fitness, HAMMER STRENGTH**

Пространство, где рождаются результаты.

От первой тренировки до новых рекордов.

Современное оборудование, продуманная планировка и атмосфера для достижения любых целей.

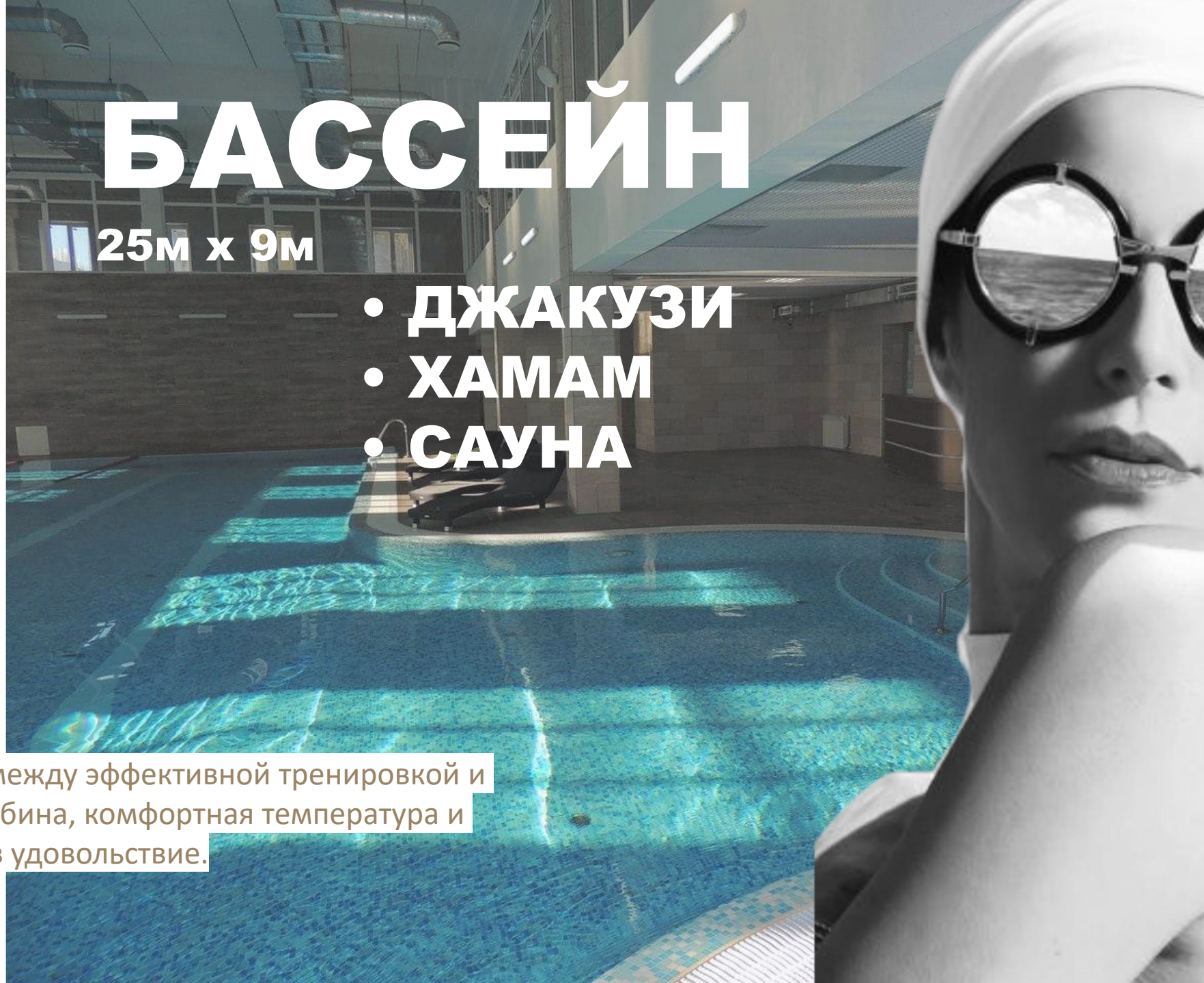
**Глубина бассейна 1.5 - 1.8 м., джакузи с гидромассажем, турецкая парная, финская сауна и отдельная зона для отдыха с лежаками. Температура воды 27-28 градусов, температура воздуха 28-30 градусов. Современные и надежные системы очистки**

# БАССЕЙН

**25м x 9м**

- **ДЖАКУЗИ**
- **ХАМАМ**
- **САУНА**

Пространство, где стирается грань между эффективной тренировкой и настоящим отдыхом. Идеальная глубина, комфортная температура и кристальная чистота для плавания в удовольствие.



- **СИЛОВЫЕ** классы
- **ИГРОВЫЕ** классы
- **МЕДЛЕННЫЕ** классы
- **ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ** классы
- **ЙОГА**

✓ Залы оснащены современным спортивным и музыкальным оборудованием.

✓ Специальный плавающий пол и мощная система вентиляции сделают ваши занятия более комфортными

**У нас есть занятие для любого настроения и цели. Не важно, ищете ли вы заряд энергии или момент расслабления, вы найдете его здесь.**



# ГРУППОВЫЕ ПРОГРАММЫ

# 4 ЗАЛА

ПЕРСОНАЛЬНЫЕ  
ТРЕНИРОВКИ **NEW**  
БЕЗ КЛУБНОЙ КАРТЫ

**1 МЕС.**  
**5 ПТ**  
**15500 р.**

**2 МЕС.**  
**10 ПТ**  
**30000 р.**

# ПЕРСОНАЛЬНЫЙ ТРЕНИНГ

## ТРЕНЕР

<b>1 ПТ</b> <b>2300 р.</b>	<b>4 ПТ</b> <b>9000 р.</b> (30 дней)	<b>8 ПТ</b> <b>17600 р.</b> (30 дней)	<b>25 ПТ</b> <b>50000 р.</b> (180 дней)
-------------------------------	--	---	---

## ФИТНЕС ТРЕНЕР

<b>1 ПТ</b> <b>2500 р.</b>	<b>4 ПТ</b> <b>9800 р.</b> (30 дней)	<b>8 ПТ</b> <b>19200 р.</b> (30 дней)	<b>25 ПТ</b> <b>55000 р.</b> (180 дней)
-------------------------------	--	---	---

## МАСТЕР ТРЕНЕР

<b>1 ПТ</b> <b>2700 р.</b>	<b>4 ПТ</b> <b>10600 р.</b> (30 дней)	<b>8 ПТ</b> <b>20800 р.</b> (30 дней)	<b>25 ПТ</b> <b>60000 р.</b> (180 дней)
-------------------------------	---	---	---

## ПТ на двоих

<b>1 СПТ</b> <b>3500 р.</b>	<b>4 СПТ</b> <b>13800 р.</b> (30 дней)	<b>8 СПТ</b> <b>27200 р.</b> (30 дней)
--------------------------------	--	--

<b>1 СПТ</b> <b>3700 р.</b>	<b>4 СПТ</b> <b>14600 р.</b> (30 дней)	<b>8 СПТ</b> <b>28800 р.</b> (30 дней)
--------------------------------	--	--

<b>1 СПТ</b> <b>3900 р.</b>	<b>4 СПТ</b> <b>15400 р.</b> (30 дней)	<b>8 СПТ</b> <b>30400 р.</b> (30 дней)
--------------------------------	--	--

Наличие персонального наставника — лучший стимул не пропускать тренировки и выкладываться на все 100%.



# БИОИПЕДАНСОМЕТРИЯ

(измерения состава тела)

## **Худеете вы или набираете массу?**

**Ваш прогресс — это не только килограммы на весах. Это умный анализ состава тела, который покажет, что на самом деле происходит внутри.**

## **Что это?**

**Быстрая и безболезненная процедура, которая измеряет процент жира, мышц, воды в вашем организме.**

## **Зачем?**

**Чтобы понять, уходит ли именно жир, а не вода или мышцы. Ставить реальные цели и достигать их быстрее.**

**Результат:** Вы получаете персональные рекомендации по питанию и тренировкам, основанные на точных данных вашего тела.

**Управляйте своим телом осознанно!**

Индекс массы тела

- ✓ Жировая масса
- ✓ Тощая масса
- ✓ Активная клеточная масса
- ✓ Скелетно-мышечная масса
- ✓ Удельный основной обмен
- ✓ Общая жидкость
- ✓ Внеклеточная жидкость
- ✓ Соотношение: талия/бедро
- ✓ Классификация по проценту жировой массы (или степень ожирения)



# СОЛЯРИЙ

**1 МИНУТА – 40 руб.**

**30 МИНУТ (30 дней) 950 руб.**

**60 МИНУТ (60 дней) 1750 руб.**

**Забудьте о зависимости от солнца. Получите ровный и красивый загар всего за несколько минут перед или после тренировки. Это удобно, быстро и контролируемо.**

**Для любителей загара предлагаем вертикальный турбосолярий.**

**Принимайте солнечные ванны в удобное время в нашем фитнес-центре и наслаждайтесь загаром круглый год.**

- Вертикальный турбосолярий.**
- 48 ламп.**
- Оригинальный дизайн.**
- Зеркальный пол, обеспечивающий абсолютно ровный загар для ног.**

**В продаже имеются:**

- ✓Крема для загара**
- ✓Одноразовая продукция**


# АРЕНДА ТЕННИСНЫХ КОРТОВ

**3 КОРТА С ПОКРЫТИЕМ HARD  
2 ГРУНТОВЫХ КОРТА  
1 ТРАВЯНОЙ КОРТ**

Имеются раздевалки, душевые, парковка

Теннис — это не просто спорт, это искусство стратегии, грации и мощных ударов.

Наш корт — идеальное место, чтобы открыть для себя этот мир.

ПЕРЕХОДИ  
ПО ССЫЛКЕ   
ДЛЯ АРЕНДЫ КОРТА

**RADUGA TENNIS**



# ДЕТСКАЯ ШКОЛА ТЕННИСА

**5-8 лет**

**Занятие 1 час**

**1 занятие 1350 руб.**

**9-14 лет**

**Занятие 1,5 часа**

**1 занятие 1750руб.**

**Подарите ребенку радость движения, уверенность в себе и любовь к спорту на всю жизнь. Наши тренировки — это не только теннис, но и всестороннее развитие в формате увлекательной игры**



**О** ■ общая

**Ф** ■ физическая

**П** ■ подготовка

— это система упражнений, направленная на развитие основных физических качеств: силы, выносливости, скорости, гибкости и координации. Это не узкоспециализированная спортивная секция, а база для любой будущей деятельности.

**ВТОРНИК**

**17:00-18:00**

12-16 лет

**ПЯТНИЦА**

**18:00-19:00**

12-16 лет

**1 занятие- 800 руб.**

**8 занятий- 5000 руб.**



# ФИТНЕС ДЛЯ ДЕВУШЕК

12-16 лет

## Что ждет внутри?

**Сила и стройность:** Функциональные тренировки, которые делают тело сильным и выносливым, а осанку — королевской  
**Лёгкость и пластика**  
**Энергия и драйв**  
**Безопасная среда:** Только девушки и тренер-девушка.  
**Никаких смущающих взглядов. Только поддержка.**

Мы говорим не только о мышцах. Мы говорим о:

- Уверенности в себе и своем теле.
- Здоровых привычках, которые останутся с тобой навсегда.
- Новых крутых подругах с похожими интересами.

1 занятие- 800 руб.  
8 занятий- 5000 руб.

ПОНЕДЕЛЬНИК  
ЧЕТВЕРГ

17:00 - 18:00



# ПРИЛОЖЕНИЯ И СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

## МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

<https://www.rustore.ru/catalog/app/io.fitbase.radugafit>

## АРЕНДА ТЕННИСНОГО КОРТА [RADUGA TENNIS](#)

## ЗАПИСЬ НА ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ [RADUGAFIT](#)

**VK** <https://vk.com/radugafit>

**OK** <https://ok.ru/feed>

ТЕЛ. 8(926)-870-28-28 / 8(915)-024-28-28

