

ФИТНЕС-ЦЕНТР HOLIN`s



Выполнили студенты гр.2э60

Бровин Сергей
Васильева Ольга
Панькова Любовь
Редутинский Эдуард
Холин Яков
Васяк Анна
Саинов Олег

ПРОБЛЕМА № 1 в МИРЕ



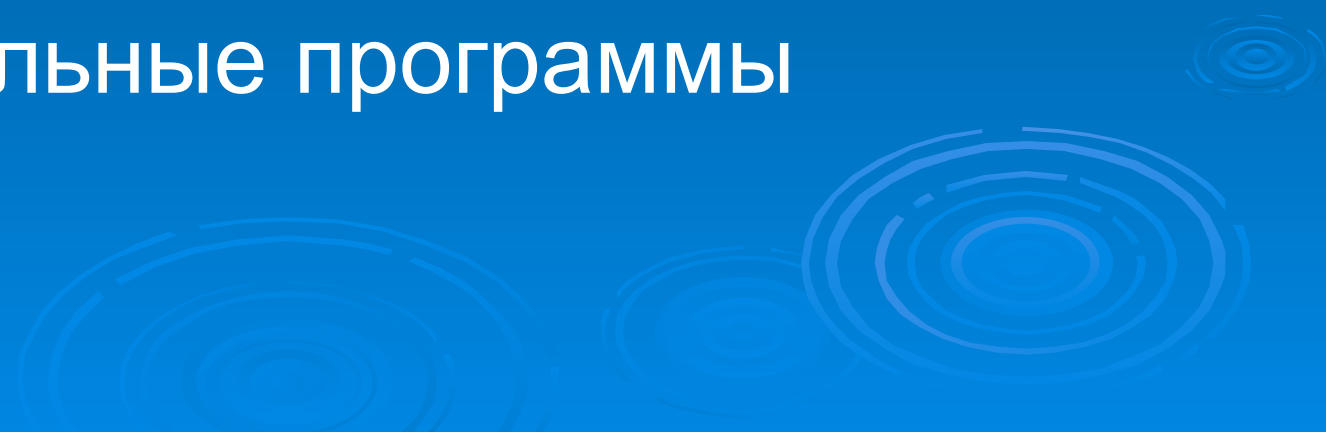
артериальная гипертензия

атеросклероз
сахарный диабет



онкологические
заболевания

Предлагаемые услуги

- ❖ Wellness и SPA
 - ❖ Фитнес-программы
 - ❖ Водные программы
 - ❖ Детский клуб
 - ❖ Персональные программы
- 
- The background features several sets of concentric circles in a lighter shade of blue, resembling ripples in water, positioned in the lower right and bottom center areas of the slide.

Wellness и SPA

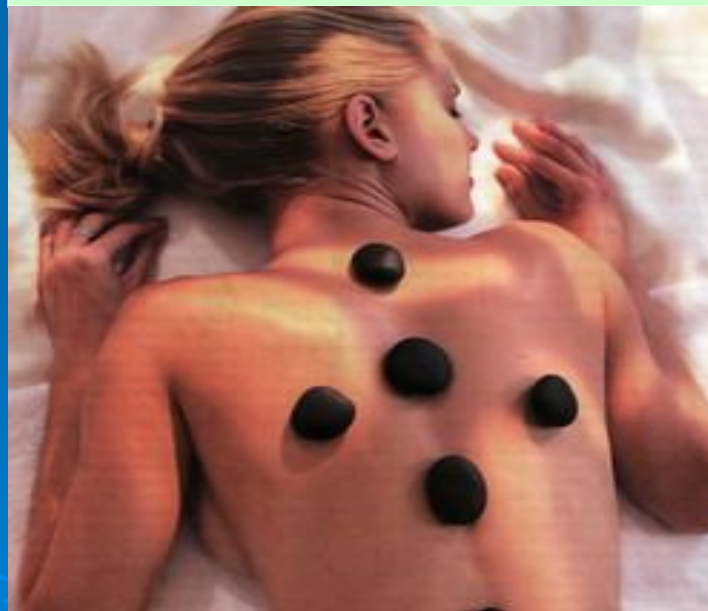


МАССАЖ

Классический



Экзотический



АРОМАТЕРАПИЯ

- ❖ Шоколадное обертывание / 2 часа
- ❖ Muskusное обертывание / 1 час 30 мин.
- ❖ Винное обертывание / 2 часа
- ❖ VIP-уход за телом «Молоко и мед»



Fitness программы

Аэробное
направление

Танцевальное
направление

Силовые
классы

Спец.
Программы

Смешанный
формат

Боевые
искусства



Аэробное направление

Программа	Длительность	Стоимость, руб.
Аеро 1	55 мин.	350
Аеро 2	55 мин.	200
Аеро 3	55 мин.	350
Step 1	55 мин.	150
Step 2	55 мин.	200
Step 3	55 мин.	250
Step Dance	55 мин.	260

Силовые классы

- ❖ Body sculpt
- ❖ Abd & flex
- ❖ Fitness
- ❖ Lower body
- ❖ Upper body
- ❖ Legs & flex
- ❖ Barbell



Спец.фитнес классы

- ❖ Pilates
- ❖ Flex-45
- ❖ Yoga Ashtanga
Vinyasa
- ❖ Tai-chi
- ❖ Mama +



Боевые искусства

- ❖ Boxing
- ❖ Самооборона
- ❖ Karate
- ❖ Таэквондо
- ❖ Fight class
- ❖ Хап ки до



ВОДНЫЕ ПРОГРАММЫ

Для начинающих

Средний и высокий
уровень

Спец. классы

Для
взрослых

Дети от 3 до 10

Дети от 10 до 15



ДО



ПОСЛЕ



Лучшие тренера



Руслан Амиров

Мастер спорта по боксу. Чемпион Москвы, России, Интерконтинентальный чемпион мира по боксу среди профессионалов по версии UBC. В фитнесе с 2005 года.

Кашин Максим

IFPA – Ассоциация Профессионалов Фитнеса (персональный тренер по бодибилдингу и фитнесу). Кандидат в мастера спорта по пауэрлифтингу. В фитнес-индустрии с 2003 года.



Медицинская статистика

- ❖ Уменьшается утомляемость
- ❖ Уменьшаются болезни пищеварения
- ❖ Гриппом болеют реже
- ❖ Нормализуется давление

ТОЛЬКО СЕГОДНЯ
СПЕЦ. ПРЕДЛОЖЕНИЕ!!!

ВЫ ТЕРЯЕТЕ КИЛОГРАММЫ

=

Мы платим вам ДЕНЬГИ

Наши принципы

◆ **Профессионализм**

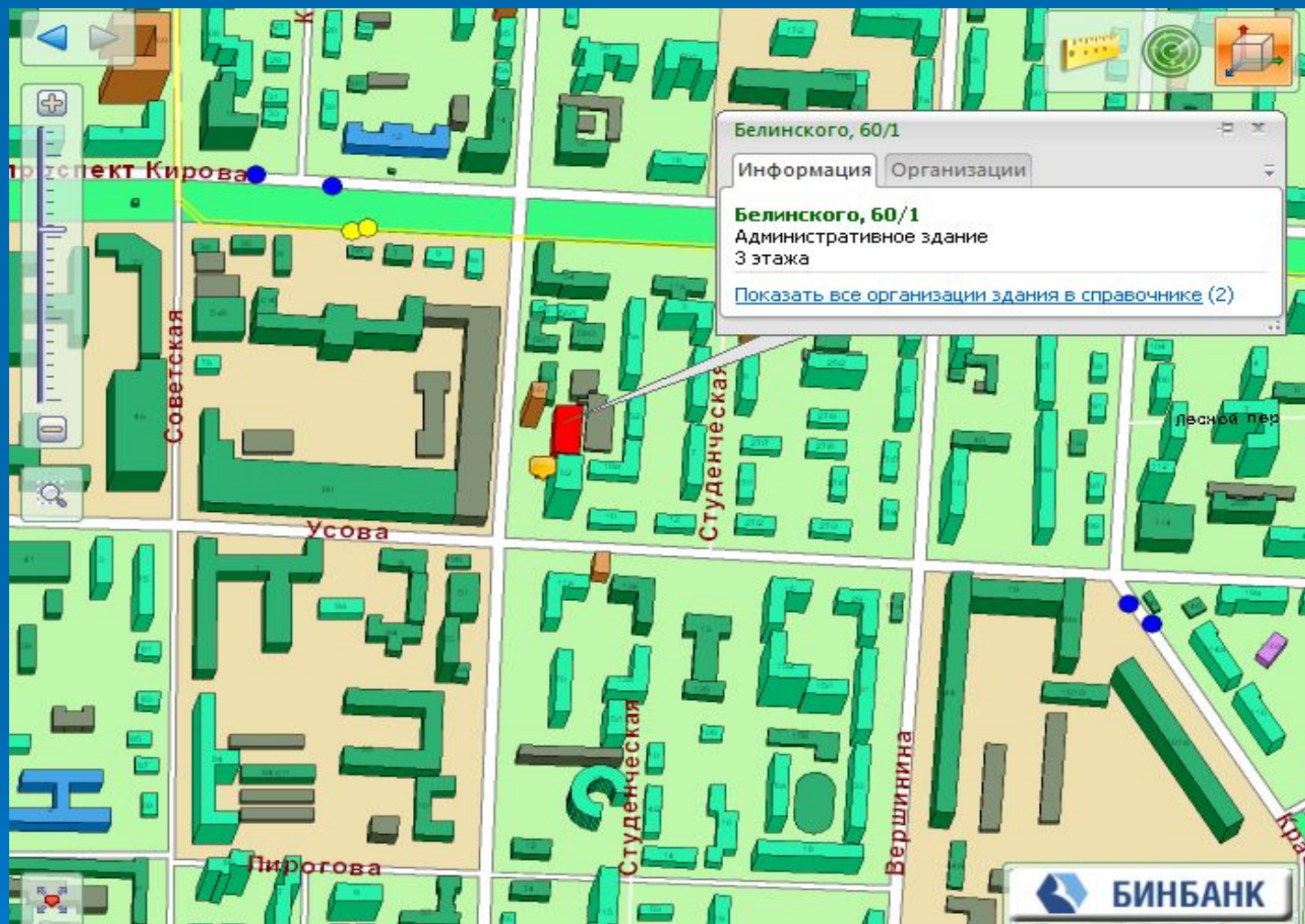
◆ **Возможности**

◆ **Сервис**

◆ **Доступность**



Схема проезда



Ул.Белинского 60/1

тел.23-23-23