

ГИПОКСИЧЕСКИЕ ТРЕНИРОВКИ



САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ С СОПРОВОЖДЕНИЕМ ДЕЖУРНОГО ТРЕНЕРА (55 МИН):

1 ТРЕНИРОВКА - 4000₽

4 ТРЕНИРОВКИ (30 ДНЕЙ) - 13600₽

(3400₽/ТРЕНИРОВКА)

8 ТРЕНИРОВОК (30 ДНЕЙ) - 24800₽

(3100₽/ТРЕНИРОВКА)

12 ТРЕНИРОВОК (30 ДНЕЙ) - 34800₽

(2900₽/ТРЕНИРОВКА)

18 ТРЕНИРОВОК (45 ДНЕЙ) - 48600₽

(2700₽/ТРЕНИРОВКА)

ПРОБНАЯ ГИПОКСИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА

3500₽/ 55МИН

• Знакомство с тренером и клубом

ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ:

1 ТРЕНИРОВКА - 5500₽

4 ТРЕНИРОВКИ (30 ДНЕЙ) - 21200₽

(5300₽/ТРЕНИРОВКА)

8 ТРЕНИРОВОК (30 ДНЕЙ) - 40800₽

(5100₽/ТРЕНИРОВКА)

12 ТРЕНИРОВОК (30 ДНЕЙ) - 58800₽

(4900₽/ТРЕНИРОВКА)

18 ТРЕНИРОВОК (45 ДНЕЙ) - 84600₽

(4700₽/ТРЕНИРОВКА)



ПЕРСОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА К ВОСХОЖДЕНИЮ ИЛИ ТРЕККИНГУ (ППВТ):

1 ТРЕНИРОВКА - 2000₽

4 ТРЕНИРОВКИ (30 ДНЕЙ) - 7400₽

(1850₽/ТРЕНИРОВКА)

8 ТРЕНИРОВОК (30 ДНЕЙ) - 12800₽

(1600₽/ТРЕНИРОВКА)

12 ТРЕНИРОВОК (30 ДНЕЙ) - 17400₽

(1450₽/ТРЕНИРОВКА)

18 ТРЕНИРОВОК (45 ДНЕЙ) - 23400₽

(1300₽/ТРЕНИРОВКА)



ТВОЯ
ЖЕЛЕЗНАЯ
ЗАВИСИМОСТЬ

ЦЕНТР
ГОРНОЙ
ПОДГОТОВКИ

8848

таллинская. 26 7(495)942-86-13



Твоя Железная Зависимость/Your Iron Addiction
ПРАЙС-ЛИСТ

ТРЕНАЖЕРНЫЙ ЗАЛ



УТРЕННИЙ С 7:00 ДО 12:00

1 тренировка - 600₽
1 месяц (30 дней) - 3400₽
6 месяцев (182 дня) - 15300₽
1 год (365 дней) - 19900₽

БЕЗЛИМИТНЫЙ

1 тренировка - 700₽
1 месяц (30 дней) - 3900₽
6 месяцев (182 дня) - 17500₽
1 год (365 дней) - 22700₽

АРЕНДА ШКАФЧИКА

1 месяц (30 дней) - 1000₽
3 месяца (90 дней) - 2500₽
6 месяцев (180 дней) - 4500₽



УТЕРЯ БРАСЛЕТА - 500₽

ВОССТАНОВЛЕНИЕ/ПЕРЕОФОРМЛЕНИЕ

АБОНЕМЕНТА - 300₽



ТРЕНИРОВКА В ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ - БЕСПЛАТНО



Таллинская, 26 7(495)942-86-13



Твоя Железная Зависимость/Your Iron Addiction ПРАЙС-ЛИСТ

ВСЕ ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ/ ALL PERSONAL TRAINING

Без абонеента клуба:

Вводная тренировка - 1000Р

1 тренировка - 2800Р

4 тренировки (30 дней) - 10600Р

8 тренировок (30 дней) - 19600Р

12 тренировок (30 дней) - 27000Р

16 тренировок (45 дней) - 35200Р

1 Месяц Безлимит (30 дней) - 50000Р*

*(1 тренировка в день, 60 минут, 1 тренер, по предварительной записи)

С абонементом клуба:

Вводная тренировка - 1000Р

1 тренировка - 2400Р

4 тренировки (30 дней) - 9000Р

8 тренировок (30 дней) - 16400Р

12 тренировок (30 дней) - 22200Р

16 тренировок (45 дней) - 28800Р

1 Месяц Безлимит (30 дней) - 45000Р*

*(1 тренировка в день, 60 минут, 1 тренер, по предварительной записи)

ПЛАН ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНЫХ ТРЕНИРОВОК ОТ ПЕРСОНАЛЬНОГО ИНСТРУКТОРА:

4 тренировки - 2200Р

8 тренировок - 4000Р

12 тренировок - 5400Р

План питания, спортивное питание, расчет БЖУ - 1000Р



ОНЛАЙН ПЕРСОНАЛЬНЫЕ ТРЕНИРОВКИ:

1 тренировка - 1800Р

4 тренировки (30 дней) - 6800Р

6 тренировок (30 дней) - 9600Р

8 тренировок (30 дней) - 12000Р

12 тренировок (30 дней) - 16800Р



**КЛУБ ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ ПРАВО ЗАМЕНЫ ГРУППОВОГО ИЛИ ПЕРСОНАЛЬНОГО ТРЕНЕРА
В ДНИ ЕГО ОТСУТСТВИЯ!**

АБОНЕМЕНТЫ И БЛОКИ ТРЕНИРОВОК НЕ ПОДЛЕЖАТ ПРОЛОНГАЦИИ!



Твоя Железная Зависимость/Your Iron Addiction
ПРАЙС-ЛИСТ

ВСЕ ГРУППОВЫЕ/ALL GROUPS

МИНИ ГРУППЫ (до 6 человек*)

1 тренировка - 1150₽

4 тренировки (30 дней) - 4200₽

8 тренировок (30 дней) - 7900₽

1 Месяц Безлимит (30 дней) - 13200₽

3 Месяца Безлимит (90 дней) - 35600₽

(*+500₽ при записи 1 клиента - Персональная тренировка)



БЕЗ ЛИМИТОВ/NO LIMITS

(Все групповые/All groups +
тренажерный зал)

1 месяц (30 дней) - 15200₽

3 месяца (90 дней) - 42600₽



**КЛУБ ОСТАВЛЯЕТ ЗА СОБОЙ ПРАВО ЗАМЕНЫ ГРУППОВОГО ИЛИ
ПЕРСОНАЛЬНОГО ТРЕНЕРА В ДНИ ЕГО ОТСУТСТВИЯ!
АБОНЕМЕНТЫ И БЛОКИ ТРЕНИРОВОК НЕ ПОДЛЕЖАТ
ПРОЛОНГАЦИИ!**



Твоя Железная Зависимость/Your Iron Addiction

ПРАЙС-ЛИСТ

АРЕНДА ДЛЯ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ИНСТРУКТОРОВ

1,5 часа – 700₽

Аренда группового зала (60 мин):

с 10:00 до 15:00 – 700₽

с 7:00 до 10:00 / с 15:00 до 22:00 – 1000₽

Аренда зоны Функционального Тренинга
(60 мин):

с 10:00 до 15:00 – 1700₽

с 7:00 до 10:00 / с 15:00 до 22:00 – 2200₽



ЗАМОРОЗКА

Абонемент:

2 недели (14 дней) – 500₽

1 месяц (30 дней) – 800₽

3 месяца (90 дней) – 1900₽

Блок тренировок:

2 недели (14 дней) – 2000₽

1 месяц (30 дней) – 3000₽



ТЕЙПИРОВАНИЕ

одна зона – 500₽



ПЕРКУССИОННЫЙ МАССАЖ

одна зона (до 30 минут) –

700₽



ТВОЯ
ЖЕЛЕЗНАЯ
ЗАВИСИМОСТЬ

КОНСУЛЬТАЦИИ И СОПРОВОЖДЕНИЕ

ПРИ ВОСХОЖДЕНИЯХ
И ТРЕККИНГАХ

ВРАЧА СБОРНОЙ РОССИИ ПО АЛЬПИНИЗМУ

СЕЛИВАНОВ
АНДРЕЙ ФЕДОРОВИЧ

БАЗОВАЯ

ПЕРВИЧНАЯ ОНЛАЙН КОНСУЛЬТАЦИЯ - НАПРАВЛЕНИЕ НА
ЧЕК АП (АНАЛИЗЫ, ТЕСТИРОВАНИЯ, ИССЛЕДОВАНИЯ)

30 МИНУТ

15 000₽

ЕДИНОРАЗОВО

ОСНОВНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ – АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ
ТЕСТИРОВАНИЯ И ИССЛЕДОВАНИЙ, СОСТАВЛЕНИЕ
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ К
ВОСХОЖДЕНИЮ ИЛИ СОРЕВНОВАНИЮ, ОТВЕТЫ НА
ВОПРОСЫ

1,5 ЧАСА

ВИП

ПЕРВИЧНАЯ ОНЛАЙН КОНСУЛЬТАЦИЯ - НАПРАВЛЕНИЕ
НА ЧЕК АП (АНАЛИЗЫ, ТЕСТИРОВАНИЯ, ИССЛЕДОВАНИЯ)

30 МИНУТ

70 000₽

В МЕСЯЦ

ОСНОВНАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ – АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ
ТЕСТИРОВАНИЯ И ИССЛЕДОВАНИЙ, СОСТАВЛЕНИЕ
ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ К
ВОСХОЖДЕНИЮ ИЛИ СОРЕВНОВАНИЮ, ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ

1,5 ЧАСА

СОСТАВЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ТРЕНИРОВОЧНОЙ
ПРОГРАММЫ

1 МЕСЯЦ

СБОР ОБРАТНОЙ БИОЛОГИЧЕСКОЙ СВЯЗИ И
КОРРЕКТИРОВКА ПРОГРАММЫ

1 МЕСЯЦ

ПОЛНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ НА ПРОТЯЖЕНИИ ВСЕЙ
ЭКСПЕДИЦИИ 24/7

1 МЕСЯЦ

ФАРМ ПОДДЕРЖКА
РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРИЕМУ БАДОВ

1 МЕСЯЦ

8488
ЦЕНТР ГОРНОГО
ПОДГОТОВКИ