

Абонемент	1месяц (8 занятий) Стоимость в (тг.)	1месяц (12 занятий) Стоимость в (тг.)	3месяца (24 занятий) Стоимость в (тг.)	3месяца (36 занятий) Стоимость в (тг.)
Йога - помогает развеять комплексы, снять стресс, избавиться от навязчивых желаний (курение, переедание, шопоголия), повысить мотивацию и забыть о том, что существует лень. Йога поможет навсегда выровнять сутулую спину и закрепить королевскую осанку, убрать жировые отложения, развить гибкость и стройность.		18 000		45 000
Восточные танцы - это грация, пластика, бесконечная женственность и загадочность. Но не только. Восточные танцы предполагают не просто танцевальные движения восточной женщины. Это целая культура, вбирающая в себя традиции Востока, познать которую можно постепенно, движение за движением.	15 000		36 000	
Club mix - клубные танцы (кардио-силовая тренировка высокой интенсивности. Танцевальный коктейль +программа на коррекцию фигуры, растяжка. Микс-джаза, go-go, латина, хип хоп и др.)	15 000		36 000	
Аэробика - это система, состоящая из элементов физических упражнений, танца и музыки, стимулирующих работу сердечно – сосудистой и дыхательной систем и при желании меняющее фигуру. Она включает в себя разминку с разогревом мышц, основную часть с беговыми и прыжковыми движениями и заминку с дыхательными упражнениями и упражнениями на релаксацию.		18 000		45 000
Зумба - это новая популярная фитнес-программа родом из Колумбии. Комбинация захватывающего энергичного танца и усиленной тренировки	15 000	18 000	36 000	45 000
Пилатес - комплекс упражнений для всего тела, который развивает гибкость и подвижность. Движения в Pilates мягко растягивают мышцы, делая их длиннее и стройнее.		18 000		45 000
Стрип пластика - это пластика тела, красивая женственная и привлекательная, а также кардио-силовая тренировка высокой интенсивности. Эта программа подарит Вам грациозность, уверенность в себе, раскрепощение и умение красиво импровизировать под музыку.	15 000		36 000	
Бальные танцы - это один из самых грациозных и эстетичных вид спорта. Это спорт, требующий немалых затрат силы и энергии. Соревнования, чемпионаты, конкурсы по бальным танцам держат танцоров в тонусе и форме, учат выдержке, воспитывают силу воли и веру в победу.		18 000		45 000
Pole dance - шестовой танец, exotic dance-самое молодое и актуальное направление "экзотического танца", представляет собой уникальный синтез танцевального искусства и спорта, хореографии и акробатики.		18 000		45 000
Body ballet — это программа, разработанная на основе классической хореографии, которая состоит из изучения основных балетных элементов и работы у станка. Занятия этим видом танца помогут Вам сделать Ваше тело выносливым, дисциплинированным, послушным и красивым. Более того, с помощью основных хореографических упражнений можно избавиться от лишних килограммов, сделать ягодицы, икры и бедра упругими и сильными.	15 000		36 000	
Power Training — это кардио-силовая, интервальная тренировка высокой интенсивности с использованием как спортивного оборудования, так и веса собственного тела	15 000		36 000	
Индивидуальное занятие с тренером		5 000		
Абонемент (на свободное посещение всех видов программ)	1месяц 30 000	3 месяца 75 000	6 месяцев	12 месяцев