

Вперед к идеалу: тело - в дело (часть вторая)

Спорт не умирает, это не совсем правда, если только полуправда. И в тот момент, когда большие фитнес-гиганты отпугивают своими нереалистичными для многих обывателей ценами, что приводит к пустующим парковкам, маленькие клубы сталкиваются с проблемой нехватки мест для всех желающих их посетить. Сегодня в нашем обзоре - небольшие фитнес-центры. С чем связана их популярность?

При выборе мест для занятия спортом очень многие предпочитают именно маленькие центры. Такое решение обусловлено сразу несколькими факторами:

- уютная атмосфера (далеко не всем нужны огромные пафосные залы);
- индивидуальный подход (группы небольшие, и инструктор может видеть каждого);
- центры, в связи со своими небольшими габаритами, могут находиться в более удобных местах, непосредственно рядом с жилыми комплексами, что облегчает их посещение;
- выгодная цена (для многих это ключевой показатель).



В городе Иркутске невероятное количество мини-центров, их число превышает 100 заведений. Вот несколько из них:

Vector – fitness-hall: карта на 90 дней: (без ограничений; безлимит) цена – 13500 рублей

Family Fitness (Омулевского, Терешковой, Дальневосточная) – годовой абонемент от 16000 рублей

Апельсин фитнес-клуб: безлимитный абонемент на 1 месяц 2600 рублей, абонемент на 12 персональных тренировок 7000 рублей

Физкультурно-оздоровительный клуб «Байкалсёрф»: стоимость клубных карт на 3 месяца – 6000 рублей, стоимость клубных карт на 6 месяцев – 11000 рублей

Спортивный клуб «Викинг»: безлимитный абонемент на 3 месяца 5000 рублей, абонемент на 12 персональных тренировок 6000 рублей

Минусы (необязательно относящиеся к вышеперечисленным центрам):

- зачастую действительно небольшие залы, возможна ситуация, когда вы придете, и вам просто не хватит места в группе;
- отсутствие тренажеров в некоторых из них, соответственно только групповые занятия (будьте внимательны при выборе, возможно, вы совсем не это ищете);
- в некоторых залах могут отсутствовать зеркала, для многих этот элемент очень важен;
- в абонемент иногда входят только занятия, все остальные услуги необходимо «добирать»;

- при заказе ответного звонка, менеджер может попросту вам не перезвонить (так случилось с клубом Woman GYM). Поэтому не надо ни на кого надеяться: есть желание — звоните сами.

Однако, как ни странно именно в маленьких клубах тело у некоторых начинает слушаться и формироваться в вожденный идеал. Возможно, ситуация связана с тем, что туда ходят именно заниматься, а не просто продемонстрировать уровень своего достатка. Нелепой ситуация бывает, когда сам факт поддержания имиджа превышает грани разумного: тот случай, когда покупается абонемент в дорогой фитнес-центр, его фото выкладывается на страничку в Инстаграм и на этом все занятия заканчиваются, по сути даже не начавшись. Бывает и такое.

И вновь вернемся к тому, что если денег на эти мероприятия все равно жаль, а фигуру достойную иметь хочется, то пробежки и утренняя гимнастика всегда готовы прийти к вам на помощь. И да придут с вами сила воли и стремление к самосовершенствованию.

Новости Прибайкалья - в Вайбере. Только эксклюзив! Подписывайтесь!

Читайте нас в Одноклассниках!

Читайте нас в Телеграме!

Автор: Кира Ларина © Babr24.com ЗДОРОВЬЕ, ОБЩЕСТВО, ИРКУТСК 👁 7449 07.08.2017, 21:18 👤 1540
URL: <https://babr24.com/?ADE=163363> Bytes: 3643 / 3172 [Версия для печати](#) [Скачать PDF](#)

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)
- [Джем](#)
- [ВКонтакте](#)
- [Одноклассники](#)

Связаться с редакцией Бабра в Иркутской области:
irkbabr24@gmail.com



Автор текста: **Кира Ларина**,
обозреватель.

На сайте опубликовано **45**
текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](https://t.me/babr24_link_bot)
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: @bur24_link_bot

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: @irk24_link_bot

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: @kras24_link_bot

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: @nsk24_link_bot

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: @tomsk24_link_bot

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: @babrobot_bot

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)