

**Прейскурант
на медико-оздоровительные услуги ООО «Абзаково»
(лечебная физкультура) для проживающих в номерном фонде
с 01 января 2017г.**

№	Наименование	Длительность	Стоимость /руб./ (НДС не предусмотрен)
1	Консультация специалиста (осмотр, мышечное тестирование, составление индивидуальной программы)	30 мин	300
2	Индивидуальное занятие. ЛФ с элементами силовой растяжки (с инструктором)	1 занятие- 60 мин.	400
3	Самостоятельное занятие (с согласованием выбора тренажера с инструктором)	1 занятие - 60 мин.	130
4	Индивидуальное занятие на виброплатформе (с инструктором)	1 занятие - 20 мин.	200
5	Индивидуальное занятия по абонементу на виброплатформе (с инструктором)	6 занятий (1 занятие-20 мин.)	700
6	Занятие по абонементу. ЛФ с элементами силовой растяжки (с инструктором)	3 занятия (1 занятие — 60 мин.)	1 000
7	*Групповое занятие гимнастикой (гимнастика суставная, адаптивная, дыхательная по методу Стрельниковой)	1 занятие - 60 мин. (с человека)	250
8	Групповое занятие гимнастикой (гимнастика шейная по методу Шишониной А.Ю.)	1 занятие - 30 мин. (с человека)	200
9	Групповое занятие гимнастикой (Бодифлекс и Оксисайз по методу Корпан М.)	1 занятие - 30 мин. (с человека)	200
10	Групповое занятие гимнастикой для беременных (II – III триместр)	1 занятие - 40 мин. (с человека)	150
11	Групповое занятие гимнастикой для детей (гимнастика «Королевская осанка»)	1 занятие - 45 мин. (с человека)	100

Примечание:

1. Имеются противопоказания, необходима консультация специалиста (валеолога).
2. *Консультация, занятия проводятся по предварительной записи.
Абонемент приобретается одновременно.