

**ПРЕЙСКУРАНТ на услуги
физкультурно-оздоровительного комплекса с плавательным бассейном с 01.02.2019г.**

Единица измерения	Стоимость услуги, руб.	
1 посещение (45 мин.)	130	
Абонемент на 4 посещения	460	
Абонемент на 8 посещений	900	
Абонемент на 12 посещений	1200	
Занятие в тренажерном зале для студентов и аспирантов состоящих в ППОС и А ТПУ		
1 посещение	150	
Абонемент на 4 посещения	550	
Абонемент на 8 посещений	1100	
Абонемент на 12 посещений	1500	
Плавание для детей с 7 до 13 лет		
1 посещение(45 мин.)	100	
Абонемент на 4 посещения	350	
Абонемент на 8 посещения	650	
Абонемент на 12 посещений	850	
Прейскурант на услуги по плаванию		
Единица измерения	Стоимость услуги, руб.	Стоимость услуги со скидкой*
1 посещение (45 мин.)	230	200
Абонемент (1 месяц) на 4 посещения	850	750
Абонемент (1 месяц) на 8 посещений	1650	1400
Абонемент (1 месяц) на 12 посещений	2200	2000
Прейскурант на услуги тренажерного зала		
1 посещение	230	200
Абонемент (1 месяц) на 4 посещения	850	750
Абонемент (1 месяц) на 8 посещений	1650	1400
Абонемент (1 месяц) на 12 посещений	2200	2000
Перечень услуг	Единица измерения	Стоимость услуги, руб.
Группа по классическому плаванию	Занятие 45 мин. (чаша	2000

для детей от 7 до 14 лет (10-12 человек)	бассейна)	
Перерасчет в абонементе по классическому плаванию.		250
Занятие в группе по классическому плаванию для детей от 7 до 14 лет	Занятие 45 мин. (чаша бассейна)	350
Группа ОФП (общефизическая подготовка) для взрослых (группа 10-12 человек)	Абонемент на 8 занятий 30 мин. в фитнес зале + 45 мин. вода (чаша бассейна)	2800
Разовое занятие в группе ОФП (общефизическая подготовка) для взрослых (группа 10-12 человек)	Занятие 30 мин. в фитнес зале + 45 мин. вода (чаша бассейна)	400
Тренировка в мини группе по плаванию (от 3 до 5 чел.)	Занятие 45 мин.	500
Персональная тренировка	Занятие 45 мин.	800
Тренировка в параллели (2 чел.)	Занятие 45 мин.	600
Аква аэробика (группа 10-12 человек)	Занятие 45 мин.	350
Аква аэробика (группа 10-12 человек)	Абонемент(1 месяц) на 8 занятий	2000
Консультация – тестирование инструктора ЛФК	услуга	400
Разработка индивидуального комплекса лечебной гимнастики (консультация инструктора ЛФК, 3 индивидуальных занятия, текстовые рекомендации)	услуга	1000
Индивидуальное занятие ЛФК	услуга	500
Абонемент ЛФК фитнес зал	на 8 занятий	1600
Абонемент ЛФК фитнес зал	на 12 занятий	1800
Разовое посещение занятия ЛФК	услуга	230
ЛФК в тренажерном зале	Абонемент (1 месяц) на 12 занятий	2200
ЛФК в тренажерном зале	Абонемент (1 месяц) на 8 занятий	1800
Аэробика (фитбол, степ, танцевальная, силовая)	Занятие 60 мин.	350
Аэробика (фитбол, степ, танцевальная, силовая)	Абонемент (1 месяц) на 4 занятия	850
Аэробика (фитбол, степ, танцевальная, силовая)	Абонемент (1 месяц) на 8 занятий	1700
Аэробика (фитбол, степ, танцевальная, силовая)	Абонемент (1 месяц) на 12 занятий	2200
Йога	Занятие 45 мин.	400
Йога	Абонемент (1 месяц) на 4 занятия	850
Йога	Абонемент (1 месяц) на 8 занятий	1700
Йога	Абонемент (1 месяц) на 12 занятий	2200
Дайвинг (пробное погружение в бассейне с инструктором в полном	услуга	1600

комплекте снаряжения, проводится предварительный получасовой инструктаж по использованию снаряжения и поведению под водой)		
Предоставление комплекта СКУБА (баллон, регулятор, компенсатор плавучести, грузы, маска, ласты) для сертифицированных дайверов при наличии сертификата)	услуга	1100
Абонемент «Комби 8» (4 занятия в тренажерном зале + 4 посещения бассейна)	Абонемент (1 месяц)	1650
Абонемент «Комби 12» (6 занятия в тренажерном зале + 6 посещений бассейна)	Абонемент (1 месяц)	2200
Абонемент «Комби 8 плюс» (4 занятия в тренажерном зале + 4 посещения бассейна +40 мин. солярий)	Абонемент (1 месяц)	2000
Предоставление фитнес зала для самостоятельных занятий	60 мин.	1400
Предоставление бассейна (1 дорожка) для самостоятельных занятий	45 мин.	2300

Перечень услуг	Единица измерения	Стоимость услуги, руб.	Стоимость услуги со скидкой*
Инфракрасная сауна	услуга	300	240
Вертикальный солярий (1 мин)	услуга	13	10
Кислородный коктейль	услуга	30	30
Медицинские услуги, оказываемые в массажном кабинете			
Ручной массаж			
Массаж головы	услуга	200	180
Массаж лица	услуга	300	270
Массаж шеи	услуга	160	145
Массаж шейно - воротниковой зоны	услуга	350	320
Массаж верхней конечности	услуга	200	180
Массаж верхней конечности, надплечья и области лопатки	услуга	270	240
Массаж плечевого сустава	услуга	160	145
Массаж локтевого сустава	услуга	160	145
Массаж лучезапястного сустава	услуга	160	145
Массаж кисти и предплечья	услуга	160	145
Массаж спины (от С7 до L1)	услуга	350	320
Массаж области грудной клетки	услуга	400	360
Массаж мышц передней брюшной стенки	услуга	200	180
Массаж пояснично - крестцовой	услуга	240	220

области			
Массаж спины с захватом ягодичной области	услуга	650	520
Массаж шейно грудного отдела позвоночника	услуга	400	320
Массаж области позвоночника	услуга	600	585
Массаж нижней конечности	услуга	240	200
Массаж нижней конечности и поясницы	услуга	400	360
Массаж тазобедренного сустава и ягодичной области	услуга	270	240
Массаж голеностопного сустава	услуга	200	180
Массаж коленного сустава	услуга	200	180
Массаж голени и стопы	услуга	200	180
Общий массаж	услуга	1500	1350
Общий массаж у детей (до 5 лет)	услуга	500	450
Общий массаж у детей (от 5 до 10 лет)	услуга	700	630
Общий массаж у детей (от 10 до 14 лет)	услуга	900	800
Антицеллюлитный массаж	услуга	1200	1000
Лимфодренажный массаж	услуга	1200	1000
Аппаратный массаж			
Антицеллюлитный вакуумный массаж (аппарат Starvac)	услуга	1200	1000
Лимфодренажный вакуумный массаж (аппарат Starvac)	услуга	1200	1000

- **СКИДКА** распространяется на сотрудников, студентов и пенсионеров ТПУ