[](http://spros-online.ru)

**ОБЗОР МОСКОВСКИХ ФИТНЕС-КЛУБОВ**

**И СОВЕТЫ, КАК ВЫБРАТЬ ФИТНЕС-КЛУБ**

**Народный рейтинг фитнес-клубов**

В Москве насчитывается уже более тысячи фитнес-клубов. Мы постарались провести независимую оценку фитнес-клубов Москвы.

**Сегмент «Премиум»**1. Сеть фитнес-клубов World Class  
Данная сеть зарекомендовала себя как законодатель моды качественного обслуживания своих клиентов. Наличие самых современных тренажёров, большое количество сертифицированных тренеров, обширный перечень дополнительных услуг. Стоимость абонемента от 35 000 руб. и выше, все детали нужно уточнять у менеджеров.

2. Сеть фитнес-клубов Zebra-фитнес  
Наличие спортивных залов на любой вкус. При покупке абонемента в данной сети будьте бдительны, так как там система оплаты идёт не за весь комплекс услуг, а за отдельные блоки. Стартовая цена за все блоки, так называемый безлимит, начинается от 39 000 руб., но во время акций можно сэкономить, и абонемент на год может обойтись до 24 000 руб.

**Сегмент «крепкий середнячок»**  
1. Сеть фитнес-клубов «Паллада»  
Невысокая стоимость абонемента весьма привлекает, вы сможете приобрести полный годовой абонемент, например всего за 8 000 руб. Конечно, это акционная цена и она актуальна в каком-то конкретном клубе, но даже при простом оформлении абонемент не будет стоить дороже 20 000 руб., а наличие сауны и боксёрского зала приятно удивят ценителей единоборств.

2. Фитнес-клубы на базе МОСКОМСПОРТА, такие как «Янтарь», «Москвич», «Сокольники» и др.  
Привлекает то, что за сравнительно небольшую стоимость вы получите максимальное количество разных услуг. Отдельный бонус — на этих площадках проводятся различные городские и международные соревнования.

**Сегмент «дешево и сердито»**Здесь мы не стали составлять какой-то список, но хотим отметить, что и простые районные фитнес-клубы, не являясь сетевыми, имеют достаточно профессиональных тренеров. Здесь вы сможете приобрести абонемент не дороже 12000 руб. в год, но нужно понимать, что в таком клубе не будет бассейна, сауны и, скорее всего, в пиковое время посетителей ждут очереди к тренажёру.

**При выборе фитнес-клуба стоит обратить внимание на:**

* удаленность от дома или работы;
* наличие дополнительных услуг: массажный кабинет, сауна, бесплатная вода и полотенце;
* обязательное наличие сертифицированных тренеров и медицинской сестры;
* возможность заморозить абонемент на несколько дней;
* проветриваемость помещений;
* безопасность тренажеров.

**В договоре должно быть указано следующее:**

* начало действия абонемента;
* возможность заморозки без дополнительной оплаты (20-30 дней вы можете не оплачивать, действие абонемента продлевается на указанный срок);
* ответственность фитнес-клуба за нарушение техники безопасности со стороны тренера;
* ответственность клуба за действия тренера, которые могут привести к ухудшению здоровья из-за неверно подобранной программы.

Алисова Татьяна,

пресс-секретарь журнала «СПРОС»

+7 (499) 165-56-71

+7 (910) 471-99-90

[spros@spros-online.ru](mailto:spros@spros-online.ru)