

ДОГОВОР-ОФЕРТА ВОЗМЕЗДНОГО ОКАЗАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ ФИТНЕС-СТУДИИ «ИНФИТ»

г. Омск

В редакции от 13.11.2025г.

Настоящий Договор является официальным предложением (публичной офертой) Индивидуального предпринимателя Бабич Ольги Владимировны (далее – Исполнитель) по оказанию физкультурно-оздоровительных услуг (далее – Услуги) для любого дееспособного лица (далее – «Клиент»), которое примет настоящее предложение на указанных ниже условиях.

В соответствии с п. 3 ст. 438 ГК РФ в случае принятия изложенных ниже условий и оплаты Услуги физическое лицо считается совершившим акцепт Оферты. Акцепт Оферты равносителен заключению Договора на условиях, изложенных в Оферте.

Моментом полного и безоговорочного принятия Клиентом предложения Исполнителя заключить настоящий Договор (акцептом оферты) считается факт заполнения Заявки (анкеты) на Сайте и предоплаты Клиентом услуг Исполнителя согласно условиям, содержащимся в настоящей Оферте или на Сайте Исполнителя.

Осуществляя оплату услуг, Клиент гарантирует, что уже ознакомлен и принимает все условия Оферты в том виде, в каком они изложены в тексте настоящей Оферты, а также ознакомлен и согласен с правилами оказания и стоимостью Услуги, указанными на Сайте Исполнителя.

Текст настоящего Договора-оферты (далее по тексту – «Договор», «Оферта») расположен по адресу: <https://infit-omsk.ru> (далее – Сайт Исполнителя).

Если Вы не согласны с настоящим Договором - офертой (любым из условий Договора), просим Вас не совершать действий, направленных на его заключение.

1. ТЕРМИНЫ И ОПРЕДЕЛЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В НАСТОЯЩЕМ ДОГОВОРЕ

1.1. Для целей настоящего Договора приведенные ниже термины и определения используются в следующем значении:

«Оферта» — настоящий документ, Публичная Оферта на оказание физкультурно-оздоровительных услуг Исполнителем в сети фитнес-студии «ИНФИТ», размещенный на Сайте, определяющий права и обязанности сторон, порядок и условия оказания Услуги. Понятия «Оферта» и «Договор», употребляемые в тексте настоящей Оферты, равнозначны.

«Акцепт Оферты» — полное и безоговорочное принятие Клиентом условий настоящей Оферты методами, предусмотренными в п. 3 данной Оферты.

«Клиент» - физическое лицо, достигшее 18 лет, изъявившее желание получить услуги от Исполнителя и акцептовавшее Оферту на нижеописанных условиях. За лиц, не достигших 18 лет, действуют их законные представители. Клиент, акцептуя Оферту, подтверждает, что не имеет противопоказаний к физическим занятиям в Студии. Исполнитель рекомендует перед заключением Договора обратиться за консультацией к врачу. Исполнитель вправе запросить у Клиента справку от уполномоченной медицинской организации о допуске к занятиям и не несет ответственности за физическое состояние Клиента, если он умолчал о наличии противопоказаний.

«Услуги», «Услуга» — предоставление возможности Клиенту посещения Студии и

оказание физкультурно-оздоровительных услуг на территории Студии в формате групповых и индивидуальных тренировок на условиях настоящего Договора.

«**Студия**» - место оказания Исполнителем услуг по Договору:

г Омск, ул. Гагарина д. 14, 3 этаж

«**Абонемент**» - право на обслуживание и пользование услугами в Студии, а также документ, подтверждающий право Клиента воспользоваться услугами Исполнителя. Вид, период действия и стоимость Абонементов указаны на Сайте. Абонемент является именованным и не вправе передаваться третьим лицам. За передачу Абонемента третьим лицам без согласия Исполнителя Исполнитель вправе в одностороннем внесудебном порядке расторгнуть настоящий Договор и удержать оплаченные суммы в качестве штрафа за нарушение.

«**Активация Абонемента**» – дата, с которой начинается период действия Абонемента. Активация Абонемента происходит с даты первого посещения Студии Клиентом, но не позднее 30 дней после даты заключения Договора-оферты. В случае, если Клиент не произвел активацию в течение 30 дней с даты приобретения, то по истечении 30 календарных дней с момента приобретения Абонемента активация происходит автоматически. По акционным предложениям Исполнителем могут быть установлены иные правила активации, которые размещаются Исполнителем на Сайте.

«**Правила Студии**» – документ, устанавливающий правила поведения при посещении Студии, порядок и особенности предоставления услуг, права и обязанности Клиентов и третьих лиц на территории Студии, содержащий требования по технике безопасности при предоставлении услуг Исполнителем. Правила Студии опубликованы на сайте Исполнителя <https://infit-omsk.ru> Правила Студии также являются приложением к настоящему Договору-оферте (Приложение №1), его неотъемлемой частью и регулируют отношения, не урегулированные настоящим Договором.

«**Режим работы Студии**» – дни и часы, в которые Студия открыта для посещения Клиентами для оказания Исполнителем услуг.

«**Сайт Студии**» – <https://infit-omsk.ru>, принадлежащий Исполнителю, содержащий информацию об Исполнителе и оказываемых им услугах.

«**Тарифы**» – стоимость услуг Исполнителя (стоимость Абонементов, стоимость персональных тренировок, платных групповых занятий, фитнес-тестирование и т.п.).

«**Тренер/Инструктор**» – лицо, привлекаемое Исполнителем, либо Исполнитель лично, осуществляющее проведение тренировок в ходе оказания Услуги Клиента.

«**Тренировка**» – занятие с тренером, осуществляемое на территории соответствующей Студии, проводимое по предварительной записи. Виды тренировок: групповая (проводятся по расписанию); персональная (по записи на свободное время).

«**Личный кабинет**» - совокупность защищенных страниц на Сайте Исполнителя, создаваемых при регистрации Клиента и оформления первого Абонемента, посредством которого осуществляется взаимодействие Сторон. Доступ к Личному кабинету осуществляется Клиентом посредством ввода своего номера телефона. Клиент не вправе передавать третьим лицам данные от Личного кабинета.

1.2. В настоящей Оферте могут быть использованы термины, не определенные в п. 1.1. В этом случае толкование такого термина производится в соответствии с текстом настоящей Оферты. В случае отсутствия однозначного толкования термина в тексте Оферты следует руководствоваться толкованием термина: в первую очередь – на Сайте Исполнителя, во вторую очередь – общепринятым значением.

2. ПРЕДМЕТ ДОГОВОРА-ОФЕРТЫ

- 2.1. В рамках и на условиях настоящего Договора и Приложений к нему Исполнитель обязуется оказывать физкультурно-оздоровительные услуги Клиенту на территории Студий, а Клиент обязуется оплачивать и принимать указанные услуги.
- 2.2. Объем, виды оказываемых услуг Клиенту соответствуют Абонементу, который оформляется между Исполнителем и Клиентом. При этом существо услуги заключается в предоставлении Клиенту возможности по своему усмотрению посещать Студию в течение определенного периода времени (период действия Абонемента) с учетом режима ее работы.
- 2.3. Настоящий Договор является по смыслу ч.1 ст. 429.4 ГК РФ абонентским договором. Исполнитель считается надлежащим образом исполнившей свои обязанности по настоящему Договору-оферте независимо от того, пользовался ли Клиент фактически услугами по Договору или нет, при условии, что возможность потребления таких услуг для Клиента была предоставлена Исполнителю.
- 2.4. Период оказания услуг – с момента Активации Абонемента и на период действия Абонемента. Истечение срока действия Абонемента является завершением оказания услуг Исполнителем.
- 2.5. Отчетный период для оказания услуг по настоящему Договору – календарный месяц, если иное не предусмотрено на Сайте. В случае отсутствия письменных возражений со стороны Клиента в день окончания Абонемента услуги по настоящему Договору считаются фактически оказанными Исполнителем надлежащим образом и принятыми Клиентом за соответствующий отчетный период без оформления соответствующего акта.
- 2.6. Исполнитель имеет право изменять объем оказываемых услуг, стоимость, условия данной Публичной Оферты без предварительного согласования с Клиентом, обеспечивая при этом публикацию измененных условий на Сайте Исполнителя. Продолжая использование Сайта после вступления в силу соответствующих изменений, Клиент выражает свое согласие с новыми условиями.
- 2.7. По просьбе Клиента Исполнитель предоставляет заверенную копию настоящего Договора-оферты.

3. АКЦЕПТ ДОГОВОРА ОФЕРТЫ

- 3.1. Клиент производит Акцепт Оферты путем заполнения формы Анкеты гостя (заявки) с указанием своих персональных данных для получения услуги и внесения предоплаты услуг Исполнителя на условиях выбранного тарифа, если иное не содержится на Сайте Исполнителя.
- 3.2. Осуществляя акцепт настоящей Оферты, Клиент подтверждает, что предоставление услуг по настоящему Договору полностью соответствует возможности Клиента пользоваться услугами, оказываемыми таким способом.
- 3.3. После внесения оплаты Исполнитель не позднее дня оплаты передает Клиенту ссылку для регистрации личного кабинета на Сайте, а также оформляет Абонемент по выбранному тарифу.

4. ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СТОРОН

- 4.1. Исполнитель обязуется:
- 4.1.1. Организовать и обеспечить надлежащее оказание услуг в объеме и в сроки, определяемые видом Абонемента и в соответствии с расписанием занятий, размещенном

на Сайте.

4.1.2. После оплаты (эквивалентной полной стоимости Абонемента) выдать Клиенту доступ к Личному кабинету, где регистрируется именной Абонемент.

4.1.3. Своевременно предоставить Клиенту необходимую информацию о предоставляемых услугах: виды Абонементов, перечень и стоимость оказываемых дополнительных услуг, условия акций и специальных предложений, расписание занятий, правила посещения Студии и безопасного пользования услугами. Указанная информация размещается на Сайте.

4.1.4. Своевременно предоставить Клиенту информацию о режиме работы Студии. Информация о режиме работы вывешивается в общедоступных местах на территории студии и на Сайте.

4.1.5. Создать условия для оказания физкультурно-оздоровительных услуг, гарантирующие безопасность и комфорт для Клиента.

4.1.6. Обеспечить Клиента оборудованием, необходимым для проведения занятий.

4.1.7. Обеспечить соблюдение требований пожарной безопасности и санитарных норм и правил.

4.1.8. Сохранять конфиденциальность информации Клиента, полученной от него при регистрации, за исключением случаев, предусмотренных законодательством Российской Федерации, обеспечивая законность обработки персональных данных Клиента.

4.2. Исполнитель имеет право:

4.2.1. Утверждать и изменять стоимость и перечень оказываемых физкультурно-оздоровительных услуг. Об изменении стоимости указывается на Сайте.

4.2.2. Утверждать и изменять расписание групповых тренировок и заявленных тренеров.

4.2.3. Изменять режим работы Студии при условии размещения информации в общедоступных местах на территории студии и на Сайте Исполнителя.

4.2.4. В одностороннем порядке расторгнуть настоящий Договор в случае невыполнения Клиентом условий, предусмотренных настоящим Договором, включая нарушение Правил.

4.2.5. Привлекать третьих лиц для выполнения обязательств по Договору, оставаясь ответственным за их действия.

4.2.6. Отказать в оказании услуг при отсутствии предварительной записи со стороны Клиента на групповые занятия.

4.3. Клиент обязан:

4.3.1. При первичном приобретении Абонемента заполнить Анкету гостя, в том числе для оформления Личного кабинета, предоставив достоверную информацию о себе. Заполняя Анкету и акцептуя настоящий Договор, Клиент подтверждает свое согласие на обработку персональных данных и на осуществление информационной рассылки в соответствии с Политикой обработки персональных данных, Согласием на обработку персональных данных, Согласием на осуществление рассылки. Клиент дает свое согласие на использование своего фотоизображения на время действия Договора для идентификации в Студии для оказания услуг.

4.3.2. При изменении контактной информации внести в Анкету гостя соответствующие изменения.

4.3.3. Посещать занятия/тренировки в соответствии с режимом работы Студии и при посещении студии предъявлять на рецепции индивидуальный абонемент.

4.3.4. Производить предварительную запись на каждую тренировку. Место в группе гарантируется только при наличии у Клиента предварительной записи.

- 4.3.5. Пройти инструктаж по технике безопасности и соблюдать требования техники безопасности, а также Правила посещения студии (Приложение №1).
- 4.3.6. Выбирать занятия/тренировки в соответствии с состоянием своего здоровья. В полном соответствии выполнять рекомендации и указания тренера Студии по нагрузке и правилам пользования оборудования на групповых и индивидуальных занятиях.
- 4.3.7. Своевременно оплачивать Абонемент и за оказанные дополнительные услуги в соответствии с их утвержденной стоимостью.
- 4.3.8. Бережно относиться к имуществу Студии, предотвращать поломки оборудования.

4.4. Клиент имеет право:

- 4.4.1. Получать необходимую и достоверную информацию о работе Студий и оказываемых услугах.
- 4.4.2. Направлять Исполнителю свои пожелания, предложения и рекомендации по каждому виду услуг в письменной форме.
- 4.4.3. Посещать Студию в соответствии с приобретенным Абонементом и согласно режиму работы и расписанию занятий, а также пользоваться дополнительными услугами Исполнителя.

5. СТОИМОСТЬ УСЛУГ, ПОРЯДОК РАСЧЕТОВ И ВОЗВРАТА ДЕНЕЖНЫХ СРЕДСТВ

- 5.1. Стоимость услуг указывается Исполнителем на Сайте и зависит от выбранного тарифа. Клиент самостоятельно выбирает подходящий ему тариф и оплачивает соответствующий Абонемент.
- 5.2. Если иное не предусмотрено на Сайте Исполнителя, оплата осуществляется в порядке 100% предоплаты стоимости Абонемента.
- 5.3. При приобретении тарифа на разовое посещение Исполнитель вправе запросить внесения предоплаты до начала такого посещения. Размер такой предоплаты указывается на Сайте.
- 5.4. Стоимость услуг оплачивается в российских рублях, путем перечисления денежных средств на расчетный счет Исполнителя, либо наличными денежными средствами в кассу Исполнителя. НДС не облагается на основании п.1 ст.145 НК РФ.
- 5.5. При возврате денежных средств за неиспользованный Абонемент Исполнитель производит перерасчет за неиспользованное время (абонентский период), пропорционально затребованным тренировкам, составит оплаченную сумму за вычетом затрат студии 10% и использованных тренировок (по стоимости за разовое посещение, по прайсу на момент возврата). Возврат невозможен для абонементов приобретённых со скидками, по акциям, по бартеру или переоформленных от других лиц.
- 5.6. По завершению абонентского периода, указанного в Абонемента, даже при условии не истребования количества тренировок – возврат не производится на основании положений п. 2 ст. 429.4 ГК РФ, в связи с оказанием услуги. При этом, при оплате услуги разовой тренировки – за абонентский период признается время проведения такой тренировки.
- 5.7. Возврат осуществляется на основании письменного заявления Клиента в течение 10 (десяти) дней с момента поступления такого заявления.

6. ОТВЕТСТВЕННОСТЬ СТОРОН ПО ДОГОВОРУ. РАЗРЕШЕНИЕ СПОРОВ

- 6.1. Клиент несет материальную ответственность за ущерб, причиненный имуществу Исполнителя, тренерам и сотрудникам Исполнителя, иным посетителям Студии. В случае

причинения Клиентом ущерба имуществу Клиент обязан возместить Исполнителю стоимость поврежденного и/или утраченного имущества. В случае ненадлежащего выполнения своих обязательств по настоящему Договору Клиент в полном объеме возмещает убытки, причиненные Студии.

6.2. Клиент самостоятельно несет все риски, связанные с ухудшением его здоровья в ходе оказания услуг или по окончании оказания услуг или причиненными травмами в ходе тренировок.

6.3. Стороны несут ответственность за нарушение условий настоящего Договора-оферты в соответствии с действующим законодательством.

6.4. Исполнитель не несет ответственности за вред, причиненный жизни и здоровью Клиенту в случаях ненадлежащего исполнения им обязательств по настоящему Договору, нарушений требований инструкторов студии и Правил посещения студии.

6.5. Не допускается передача Абонементов другому лицу. В случае передачи Абонементов другому лицу Абонемент может быть изъят. При выявлении факта умышленного нарушения условий Договора и Правил студии с лица, использующего чужой Абонемент, удерживается стоимость разового посещения.

6.6. При заключении настоящего Договора Клиент подтверждает, что он/несовершеннолетнее лицо, представителем которого он является, не имеет противопоказаний для физических занятий в Студии и полностью принимает на себя ответственность за состояние своего здоровья и здоровья несовершеннолетнего, представителем которого он является.

6.7. Исполнитель не несет ответственность за сохранность личных вещей Клиента, оставленных на территории Студии за исключением случаев, когда вещи сданы персоналу студии на рецепцию.

6.8. Исполнитель не несет ответственности за технические неудобства, вызванные проведением сезонных, профилактических и аварийных работ службами коммунального хозяйства.

6.9. Ни одна из Сторон не несет ответственности перед другой Стороной за неисполнение обязательств по настоящему Договору, обусловленное действием обстоятельств непреодолимой силы, т.е. чрезвычайных и непредотвратимых при данных условиях обстоятельств, возникших помимо воли и желания Сторон и которые нельзя предвидеть или избежать, в том числе: объявленная или фактическая война, гражданские волнения, эпидемии, блокада, эмбарго, пожары, землетрясения, наводнения и другие природные стихийные бедствия, а также издание актов государственных органов.

Сторона, которая не исполняет своего обязательства вследствие действия непреодолимой силы, должна незамедлительно известить другую Сторону о таких обстоятельствах и их влиянии на исполнение обязательств по настоящему Договору.

Если обстоятельства непреодолимой силы действуют на протяжении 1 (одного) месяца, настоящий Договор может быть расторгнут любой из Сторон путем направления письменного уведомления другой Стороне.

6.10. Все споры и разногласия, возникающие между Сторонами по настоящему Договору или в связи с ним, решаются путем переговоров с обязательным соблюдением претензионного порядка рассмотрения спора. В случае, если в ходе переговоров Стороны не разрешили имеющуюся спорную ситуацию, заинтересованная Сторона обязана направить другой Стороне письменную претензию с приложением копий всех необходимых для принятия решения документов. Срок на рассмотрение претензии 10 (Десять) календарных дней. При не разрешении спора в досудебном порядке спор подлежит разрешению в суде в соответствии с требованиями действующего

законодательства.

7. ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ

7.1. Любые уведомления, связанные с исполнением Договора, могут направляться Сторонами по электронной почте и/или на контактный номер телефона, указываемый в Заявке/Анкете.

- на адрес электронной почты Клиента (e-mail) и/или телефон, которые были указаны при акцепте Оферты или в сообщении об их замене; с адреса электронной почты Исполнителя, если получателем является Клиент;
- на адрес электронной почты Исполнителя omsk.infit@yandex.ru, с адреса электронной почты Клиента, указанного им при акцепте Оферты или в сообщении о его замене.

7.2. Настоящий Договор действует с момента его акцепта и прекращается в последний календарный день по истечении всего количества занятий, предусмотренных в Абонементе Клиента, или по окончании срока действия Абонемента.

7.3. Во всем остальном, что не предусмотрено настоящим Договором-офертой, Стороны руководствуются действующим законодательством РФ.

РЕКВИЗИТЫ ИСПОЛНИТЕЛЯ

ИП Бабич Ольга Владимировна (ИНН 550615373309, ОГРН 322554300051070)

ПРИЛОЖЕНИЕ №1 К ДОГОВОРУ-ОФЕРТЕ ВОЗМЕЗДНОГО ОКАЗАНИЯ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ СЕТИ ФИТНЕС-СТУДИИ «ИНФИТ»

ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ СТУДИИ

ПРОСИМ ВНИМАТЕЛЬНО ОЗНАКОМИТЬСЯ ДО НАЧАЛА ОКАЗАНИЯ УСЛУГ И АКТИВАЦИИ АБОНЕМЕНТА! НАПОМИНАЕМ: НЕСОБЛЮЖДЕНИЕ ПРАВИЛ ВЕДЕТ К АННУЛИРОВАНИЮ АБОНЕМЕНТА

1. Запись на тренировки осуществляется по действующему абонементу и/или по 100% предоплате за пробное или разовое посещение.
2. К посещению доступны все тренировки, указанные в расписании, нет ограничений записи по направлению, дню и времени, за исключением специальных предложений и акций.
3. Все абонементы действуют 30 календарных дней с момента активации.
4. Активация абонемента происходит в течение 30 дней с даты покупки, путём посещения первого занятия, либо автоматически на 30-ый день с даты покупки при непосещении первого занятия по абонементу.
5. Занятия проводятся в группе от 2-х человек. При недоборе группы занятие отменяется, Клиент заранее оповещается об отмене, тренировка в абонементе сохраняется и переносится.

6. На каждое занятие обязательна предварительная запись любым удобным способом:
 - через приложение **InFit Omsk**
 - онлайн-расписание на сайте <https://infit-omsk.ru>
 - по WhatsApp: +79230360333
 - через администратора в студии
7. Записаться на тренировку можно в любое время при условии наличия свободных мест в группе.
8. Отмена и перенос записи на занятие по абонементу и оплаченным пробным и разовым посещениям возможна не позднее, чем за 5 часов до начала тренировки и до 21:00 предыдущего дня для занятий до 14:00. В случае нарушения данного правила, равно как и в случае отсутствия Клиента на занятии, оно будет списано с абонемента.
9. Действие абонемента может быть заморожено в случае болезни при предъявлении выписки от врача/больничного листа или на время отпуска/командировки при предъявлении билетов/путёвки, но не более, чем на 10 дней по билетам. Абонемент может быть заморожен только один раз в срок его действия (исключение составляет заморозка по болезни, подтверждённая справкой с печатью медицинского учреждения и с указанием запрета на физические нагрузки).
10. Переоформление абонемента на другое лицо возможно по предварительной договорённости с администрацией студии.
11. В студии необходимо соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, тренерам и администраторам, не допускать действий, создающих опасность и дискомфорт для окружающих.
12. При посещении студии фитнеса необходимо соблюдать требования безопасности занятий и использования оборудования. После занятий возвращать инвентарь в места его хранения.
13. На занятиях строго следовать указаниям тренера, соблюдать рекомендации тренера о продолжительности и интенсивности занятий.
14. Использовать чистую сменную одежду и обувь, предназначенную для занятий в помещении студии.
15. Самостоятельно и ответственно контролировать свое собственное здоровье и не ставить под угрозу здоровье окружающих. При наличии хронических, инфекционных, кожных, простудных заболеваний, воздержаться от посещения фитнес студии.
16. Посещать групповые занятия согласно расписанию, индивидуальные - согласно графику, согласованному с тренером. При опоздании Клиента более чем на 10 минут, тренер вправе не допустить его к занятию во избежание травмирования Клиента из-за пропуска разминки.
17. При посещении фитнес студии внимательно относиться к личным вещам, не оставлять их без присмотра, не доверять их другим лицам.
18. Клиенту запрещается:
 - 18.1. беспокоить других посетителей студии, нарушать чистоту и порядок;
 - 18.2. посещать фитнес студию при наличии у него признаков острого или хронического инфекционного и/или кожного заболевания. В противном случае администрация вправе временно отстранить Клиента от посещения студии до полного выздоровления;
 - 18.3. употреблять на территории и в помещениях фитнес студии алкогольные напитки, наркотические вещества, курить.
 - 18.4. посещать фитнес студию с животными;
 - 18.5. приносить в студию оружие любого вида, огнеопасные, взрывчатые (в том числе

пиротехнические), легковоспламеняющиеся, отравляющие, токсичные, ядовитые и пахучие вещества, колющие и режущие предметы;

19. Убедиться, что противопоказаний к занятиям нет.

Общие противопоказания к направлениям (ЕМС тренировки. Альфа Гравити, Банджи, Гамаки):

1. Наличие бактериальных, вирусных заболеваний, общее недомогание и болезненные ощущения;
2. Бронхиальная астма, Туберкулез
3. Онкологические заболевания;
4. Атеросклероз, аритмия, ишемическая болезнь сердца и другие серьезные заболевания сердечно-сосудистой системы;
5. Паховая грыжа и грыжа брюшной стенки,
6. Гипертоническая болезнь 2 - 3 степени (АД 180/100мм рт.ст.)
7. Тромбоз, значительное варикозное расширение;
8. Хронические болезни в стадии обострения;
9. Беременность;
10. Недавние операции;
11. Неврологические проблемы в организме;
12. Болезни суставов;
13. Наличие имплантированного кардиостимулятора;

Противопоказания к занятиям Bungee Fitness, Альфа Гравити и Гамаки.

1. Не рекомендуется пробовать занятия на тресе тем женщинам, у которых установлены противозачаточные спирали.
2. Вес выше 100 кг.
3. Миопия сетчатки средней и высокой степени;

Противопоказания при повреждениях ОДА

4. Межпозвоночные грыжи более 2 мм;
5. Сколиоз III и IV степени;
6. Артриты, миозиты, синовиты, бурситы, тендовагиниты; 7. Болезнь Бехтерева;
8. Ишиас (воспаление седалищного нерва);
9. Остеопороз, Хронический остеомиелит;
10. Вывихи и нестабильность суставов;
11. Повреждения вращательной (ротаторной) манжеты плеча;
12. Разрывы связок,
13. Эндопротезирование суставов;