

Курс по катанию на Citywave

Длительность курса — 3 недели

Тренировки на искусственной волне помогают прокачать все группы мышц, развивают баланс и координацию. Опыт, вес, возраст не имеют значения — сёрфинг на искусственной волне доступен каждому, а мы ставим учеников на доску с нуля



Что тебя ждет на курсе?

1. Максимальный прогресс в сёрфинге

Наши тренеры с нуля поставят тебя на доску. Ты прокачаешь баланс, координацию, равновесие. Во время тренировки работают все группы мышц. Курс подойдет как тем, кто хочет потренировать перед океаном, так и тем, кто хочет освоить новый навык.

2. Обучение в группе

Ты будешь тренироваться в группе, которая прогрессирует в едином в темпе. Вместе с остальными учениками ты будешь учиться кататься на искусственной волне с самого нуля.





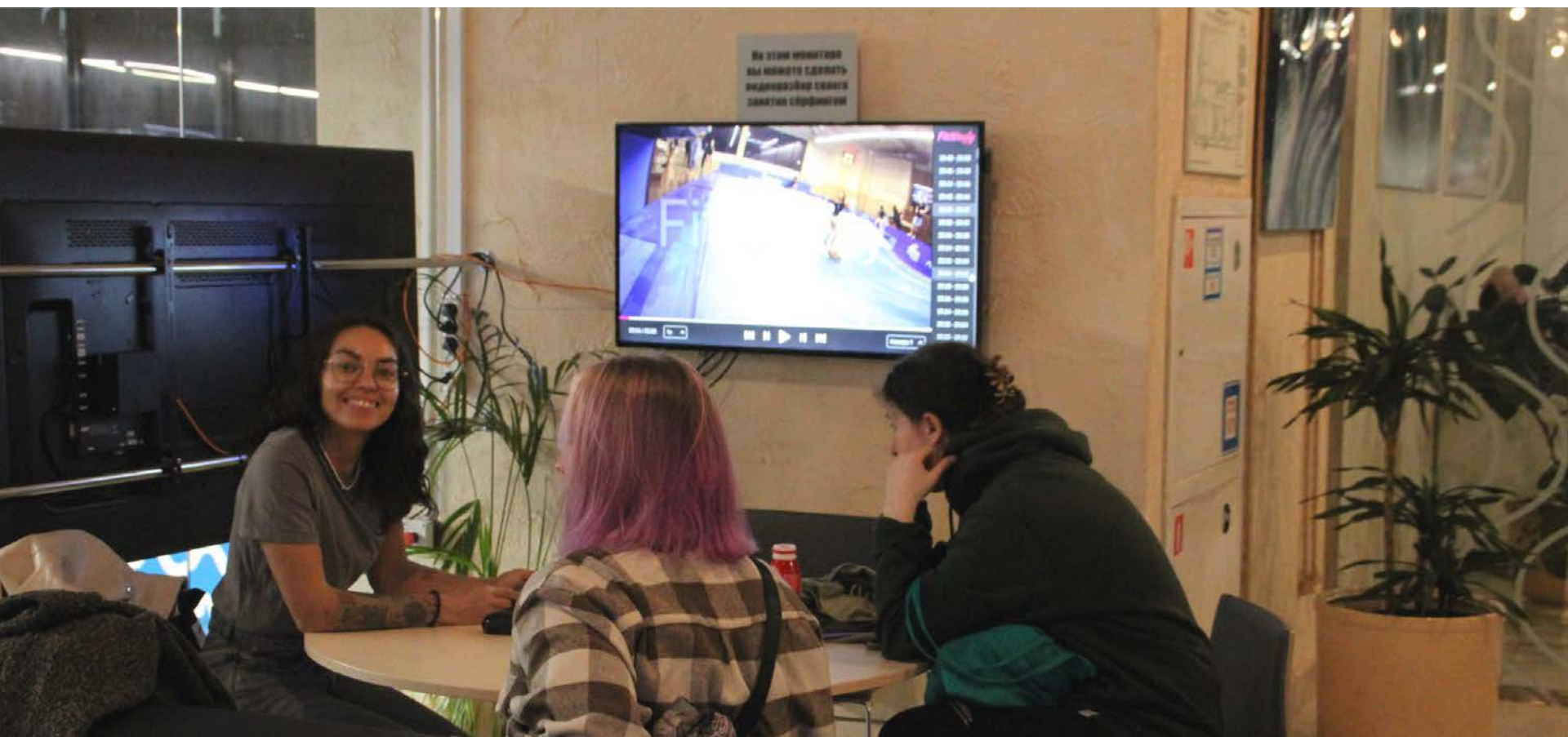
3. Фотосъемка

Во время тренировок будет работать фотограф! Классные фото для твоих соц.сетей обеспечены! Плюс, ты всегда сможешь следить за своим прогрессом.



4. Видео-разборы

После каждой тренировки у тебя будет видео-разбор, где вместе с тренером вы будете разбирать проезды, смотреть ошибки и ставить новые цели на следующую тренировку.



5. Онлайн-тренировки и образовательный материал

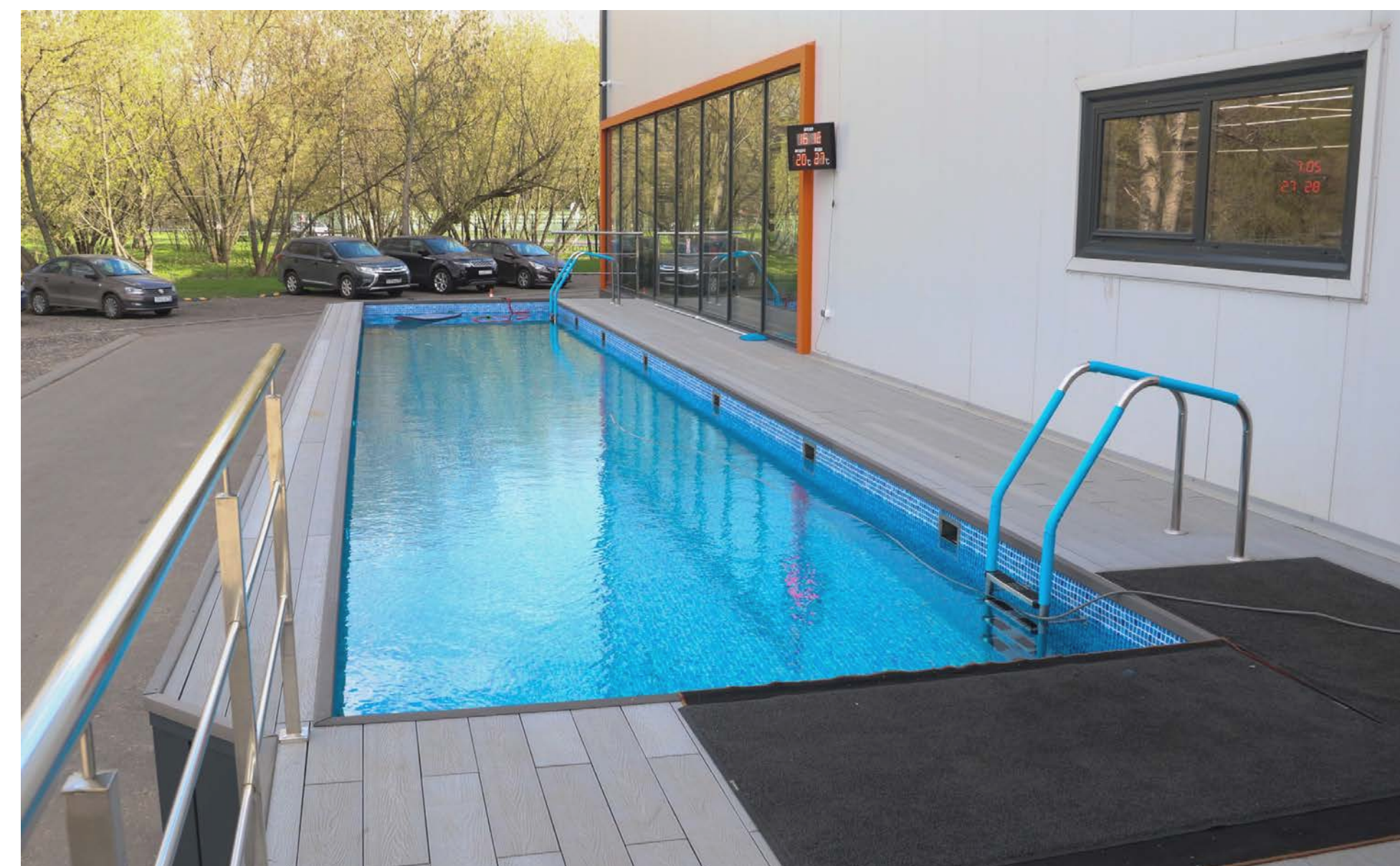
Помимо тренировок на волне, ты получишь набор онлайн-занятий и упражнений для отработки дома.



6. Сауна и открытый бассейн

На территории комплекса есть сауна и открытый подогреваемый бассейн – все бесплатно!

После тренировки вместе с друзьями самое то!





Пакет Citywave Start

- 4 тренировки по 1,5 часа (суша + волна)
- Обучение и кураторство от профессиональной команды тренеров
- Гарантированный результат
- Видео-разбор каждого занятия
- Методическое обучение группы, которая прогрессирует в едином темпе
- Образовательный материал о искусственных волнах и стационарном сёрфинге
- Набор онлайн-занятий и упражнений для домашних заданий
- Прокат оборудования
- Пользование душем, раздевалками, полотенцем
- Поддержка через групповой чат
- Фирменная футболка клуба
- Фотосессия всех тренировок

Стоимость: 25 800 Р

Пакет Citywave Start +

- Все опции пакета Citywave Start
- + 2 тренировки на сёрфскейтах по комплексному развитию навыков катания на досках
- + Прокат оборудования, комплекта защиты и шлема
- + Еще более быстрый и качественный прогресс на волне CityWave

Стоимость: 31 200 Р



Ответы на часто задаваемые вопросы

1. Важен ли опыт/вес/возраст?

Опыт, возраст, вес – не имеют значения. Начать тренироваться может любой желающий, главное желание!

2. Что нужно купить для занятий?

Покупать ничего не нужно! Мы выдаем полный комплект защиты и оборудование. Для тренировок нужны только купальник/лайкра/шорты – любая удобная одежда для плавания, которая не следит.

3. Что будет, если я пропущу тренировку?

Одну тренировку можно перенести и отзаниматься с другой группой.

Адрес проведения тренировок

- 📍 ул. Ставропольская, д. 43 (метро Люблино)
- 📍 ул. Электродная, д. 2 стр. 14 (метро Шоссе Энтузиастов)

