

## ГРАЦИЯ

-«По шкале гламурности, я даю залу Грации 10 очков!», сказал бы Майк Энслин, герой триллера 1408, если бы он занимался не описанием страшных комнат отелей, а рассказывал бы о фитнес клубях. Ну а так... Считайте, что это сказал за него я. Ибо сегодня, наконец-то, ваш скромный слуга выбрался заценить этот чудесный, всеми расхваливаемый оплот торжества красоты и физической формы.

Честно скажу: первое впечатление было не радостным. Минут десять я был в конкретном ступоре. Это, наверное, как всю жизнь управлять Цесной, а потом оказаться в кабине истребителя. Прогресс, однако. Замысловато-причудливые машины,двигающиеся в самых неожиданных траекториях, которые и не снились нашему телу... Тренера, галантно открывающие двери перед клиентками...

Зала два: один как бы для девочек, а другой для мальчиков. Но, учитывая время унисекса и ахтунга, возможны варианты... Я, конечно же, имею в виду не то, что вы подумали, а то, что есть кое-какие тренажеры и в девчочковом зале, но... мой «тупняк» смог хотя бы частично пройти только тогда, когда я перешел во второй зал, где хоть гантели есть. Всего одна скамья для жима (разумеется, постоянно занятая), стойки для приседа, рама для кроссоверов и других упражнений и несколько бесполезных тренажеров. За что платить 150 рублей, не понимаю... Я бы в Энергетике на эти деньги провел три тренировки, каждая из которой была бы в три раза полезнее и позитивнее.

Теперь некоторые детали.

Интересная вещь: зеркало над головой на скамье для жима. Можно наблюдать свое искаженное лицо во время упражнения. Может, для кого и полезно. Я, например заметил, что одно плечо у меня во время жима выше, чем другое. Черт побери, теперь мучиться буду... Пол в зале жесткий, когда бросаешь гантели после тяжелого подхода, они бьются об бетонную плиту со звуком тыц! Не очень приятно. Особенно, тому, кто снизу. Хозяин зала не в курсе, что нужно стелить на пол специальные маты из плотной резины. Хотя о чем я? Это же не Голдс Джим... Там весь пол устлан слоем резины. А здесь - бетон и ковролин. А вот потолок хлипкий. Когда очередной «боец» мучает грушу, на него (на потолок, хотя и на бойца тоже) страшно смотреть. Так и ходит ходуном. Кстати, о груше. Она набита... Водой! Вот оно – лицо современного фитнеса – даже груша – фэйк. Я не пойму, чему можно научиться, молотя по такому снаряду. Драке с ожиревшим педиком? Так зачем их бить, они же и так жалкие! Придите в настоящий зал и стукните по настоящей груше. Или слабо, ручки заболят? Я, кстати, разминаюсь на груше без перчаток. Почему? А вы думаете, что на улице вам выдадут пару? И еще – есть с этом зале тренажер, который, по моему мнению выражает саму суть фэйкового фитнеса для гламуристов. Тренажер этот помогает подтягиваться. То есть ты выставляешь на него вес, потом взбираешься коленями на платформу, которая толкает тебя вверх и берешься за турник. Вуаля! Подтягиваться стало легче легкого! Ну ладно, я могу оправдать этот тренажер для использования девочками. Так ведь нет, мужики «подтягиваются». Э-эх...

Из плюсов можно отметить наличие сауны, которая, почему-то, не работала и возможность попить чай после тренировки. Музыка в зале играет, кругом чисто, девочки приятные радуют взор... Но, черт побери, вы же не за этим ходите на тренировку!?

Зал находится по адресу: Куйбышева 14.

23.03.2009

Автор: sober