

Барс. Спорт зал, средней по площади, с большим количеством тренажёров, причём не фирменных, а сваренных на заводе из нормального железа. Довольно много полезной информации о правильном выполнении упражнений, о их пользе. Есть примеры распределения упражнений на разные дни недели для максимальной нагрузки на определённые мышцы. Опытный тренер который мне ни разу не отказал в совете. Отдельно хочу сказать о атмосфере зала... заходя внутрь понимаешь что это зал в котором серьёзно занимаются спортом, не ходят "для галочки" как в какой-нибудь фитнес\тренажёрный зал, а именно качают силу. Вообще суровый такой спорт зал в котором есть всё чтобы из сопливого подростка стать настоящим мужчиной. К минусам могу отнести только довольно низкий уровень комфорта (3 по 5ти бальной шкале) и заполненность зал (часто зал переполнен). В остальном твёрдая 5. на мой взгляд по функциональности он лучше Ариадны, но добираться туда неудобно, часто народу бывает реально много и душ там не всегда доступен 😊

15 апреля 2009 г.  
Бервинов Максим