





Тренажерный клуб «Витязь»

разовое занятие
40 руб.



абонемент
на 12 тренировок
400 руб.

1 мкр-он, строение 34

тел. 8-909-147-23-70

Прайс-лист тренажерного зала

«Витязь»

Месячный абонемент: взрослый	400р.
студенты и школьники	300р.
Разовые тренировки	40р.
Индивидуальные занятия	100р.
Подбор персональной тренировочной программы	150р.
Группа пауэрлифтинга	250р.
Тренировки для участников команды СК «Витязь»	125р.
Победители и призёры соревнований выступающие за СК «Витязь»	Бесплатно

График работы СК «Витязь» пн-пт с 10:00 до 21:00

сб-вс с 10:00 до 19:00

Тренажерный клуб

«ВИТЯЗЬ»

режим работы:

пн-ср-пт_с ~~10:00 до 12:00~~

с 15:00 до 21:00

вт-чт_с 15:00 до 21:00

сб-вс_с 14:00 до 19:00

- **ХАРИС НИКОЛАЙ АЛЕКСЕЕВИЧ** -

- ГЛАВА КРОО «ФЕДЕРАЦИЯ СИЛОВОГО
ЭКСТРИМА КУРГ. ОБЛ.»

- МАСТЕР СПОРТА ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ

- ПРИЗЁР И ПОБЕДИТЕЛЬ

ЧЕМПИОНАТОВ ГГ. ШАДРИНСКА,
КУРГАНА, ЧЕЛЯБИНСКА

- РЕКОРДСМЕН КУРГАНСКОЙ ОБЛ. ПО
ПАУЭРЛИФТИНГУ В КАТЕГОРИИ ДО

82.5 кг. :

СТАНОВАЯ ТЯГА-**300**кг., СУММА
СИЛОВОГО ТРОЕБОРИЯ-**750**кг.

- **ДОЛЖНОСТЬ** - ТРЕНЕР -

- ИВАНОВ СЕРГЕЙ ВАЛЕРЬЕВИЧ -

- ВИЦЕ-ПРЕЗЕДЕНТ КРОО «ФЕДЕРАЦИЯ СИЛОВОГО ЭКСТРИМА КУРГ. ОБЛ.»

- КАНДИДАТ В МАСТЕРА СПОРТА ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ

- ПРИЗЁР И ПОБЕДИТЕЛЬ
ЧЕМПИОНАТОВ ГГ. ШАДРИНСКА,
КУРГАНА, ЧЕЛЯБИНСКА

- РЕКОРДСМЕН КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ПО ПАУРЛИФТИНГУ В КАТЕГОРИИ ДО
82.5кг.:

ПРИСЕДАНИЯ СО ШТАНГОЙ – 300кг.

- ДОЛЖНОСТЬ – ТРЕНЕР -



Спортклуб «МУЗА»



Тренажерный клуб-Фитнес
разные занятия
40 руб.
абонемент
на 12 занятий
400 руб.
Игорь-ок, Стрелова 34 тел. 8-800-147-23-73

Тренажерный клуб
«Муза»
стрелова 34
Игорь-ок, Стрелова 34 тел. 8-800-147-23-73

Тренажерный клуб «ВИТЯЗЬ»



ХАРИС НИКОЛАЙ АЛЕКСЕЕВИЧ
- ГЛАВА КРОО «ФЕДЕРАЦИЯ СИЛОВОГО
ЭКСТРИМА КУРГ. ОБЛ.»
- МАСТЕР СПОРТА ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ
- ПРИЗЕР И ПОБЕДИТЕЛЬ
ЧЕМПИОНАТОВ ПТ. ШАДРИНСКА,
КУРГАН, ЧЕЛВЕНСКА
- РЕКОРДСМЕН КУРГАНСКОЙ ОБЛ. ПО
ПАУЭРЛИФТИНГУ В КАТЕГОРИИ ДО
82,5 кг. :
СТАНОВАЯ ТЯГА-2300кг., СМЯГА
СИЛОВОГО ТРОСКОМ-1250кг.
ДОЛЖНОСТЬ - ТРЕНЕР

СЕНЧУКОВ ВЛАДИСЛАВ
- ВИЦЕ-ПРЕЗИДЕНТ КРОО «ФЕДЕРАЦИЯ
СИЛОВОГО ЭКСТРИМА КУРГ. ОБЛ.»
- КАНДИДАТ В МАСТЕРА СПОРТА ПО
ПАУЭРЛИФТИНГУ
- ПРИЗЕР И ПОБЕДИТЕЛЬ
ЧЕМПИОНАТОВ ПТ. ШАДРИНСКА,
КУРГАН, ЧЕЛВЕНСКА
- РЕКОРДСМЕН КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ
ПО ПАУЭРЛИФТИНГУ В КАТЕГОРИИ ДО
82,5кг.
ПРИСЕДАНКА СО ШТАНГОЙ - 130кг.
ДОЛЖНОСТЬ - ТРЕНЕР





Наши достижения



ГРАМОТА

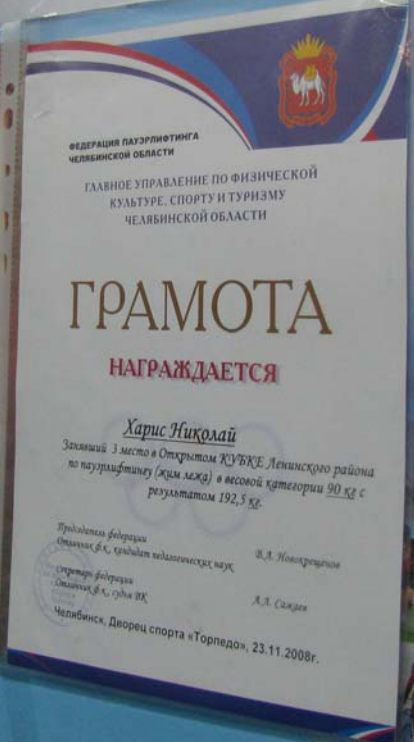
Управление по физической культуре, спорту и туризму Курганской области

НАГРАЖДАЕТСЯ
ИВАНОВ СЕРГЕЙ

за 3 место
в открытом чемпионате Курганской области по пауэрлифтингу
в весовой категории до 90 кг
с результатом 180 кг

Тренер - Тарас В.А.

Май, 2008 г.



ФЕДЕРАЦИЯ ПАУЭРЛИФТИНГА
ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ, СПОРТУ И ТУРИЗМУ
ЧЕЛЯБИНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГРАМОТА

НАГРАЖДАЕТСЯ

Харис Николай

Занявший 3 место в Открытом КУБКЕ Ленинского района
по пауэрлифтингу (жим лежа) в весовой категории 90 кг с
результатом 192,5 кг.

Председатель федерации
Степанов В.А., кандидат педагогических наук

Секретарь федерации
Степанов В.А., судья ВК

Челябинск, Дворец спорта «Торпедо», 23.11.2008г.



ГРАМОТА

Управление по физической культуре,
спорту и туризму Курганской области

НАГРАЖДАЕТ

Харис Николай

за 1 место
в открытом чемпионате области
по пауэрлифтингу
в весовой категории до 90 кг
с результатом 235 кг

Оргкомитет
Курганская область

Май, 2010 год
г. Шадринск

Имя	Возраст	Вид спорта	Дата	Результат
Иванов Сергей	20	Пауэрлифтинг	2008	180 кг
Харис Николай	25	Пауэрлифтинг	2008	192,5 кг
Харис Николай	25	Пауэрлифтинг	2010	235 кг

Рекорды тренажерного клуба «ВИТЯЗЬ» по пауэрлифтингу.

Вес. Кат.	Приседание		Жим лежа		Тяга становая		Сумма троеборья	
52	----		----		----		----	
56	65	Шведов К.	42.5	Шведов К.	82.5	Шведов К.	190	Шведов К.
60	105	Лазарев А.	90	Подгорных А.	140	Лазарев А.	317.5	Лазарев А.
67.5	165	Янцен В.	95	Янцен В.	230	Янцен В.	490	Янцен В.
75	----		90	Зыков В., Фелелов Е.(в экипировке)	----		----	
82.5	255	Харис Н.	170	Харис Н.	250	Харис Н.	675	Харис Н.
90	270	Иванов С.	130	Иванов С.	230	Иванов С.	630	Иванов С.
100	----		----		----		----	
110	----		----		----		----	
125	----		----		----		----	
Св.125	----		----		----		----	