

مربی	شهریه (تومان)	ساعت	تعداد جلسات	ایام هفته	کلاس های گروهی
خانم دکتر سحر آقا ابراهیم	170.000 / 200.000	8:30 – 9:45	8 / 12	روز زوج	تای چی
خانم مریم والی زاده	200.000 / 230.000	9:45 – 10:45	8 / 12	روز زوج	باراوسل
خانم نرگس اسماعیلی	300.000 / 330.000	11 – 12	8 / 12	روز زوج	پيلاتس
خانم مریم گرمی	300.000 / 330.000	12 – 13	8 / 12	روز زوج	تی آر ایکس
خانم رامینا حمید پور	200.000 / 230.000	13 – 14	8 / 12	روز زوج	اسپینینگ
خانم مهسا دهقان	200.000	(15 – 16)	8	روز زوج	تکواندو
خانم رامینا حمید پور	230.000 / 250.000	14 – 15	8/12	روز زوج	کراس فیت
خانم ویدا اشرفی	180.000 / 210.000	8 – 9	8 / 12	روز فرد	ایروبیگ
خانم نرگس اسمعیلی	300.000	(15 – 16)	8	یکشنبه . سه شنبه	تی آر ایکس فانکشنال
خانم نینا ناظری	300.000	10 – 11	8	یکشنبه . سه شنبه	پيلاتس
خانم شیلا ترابیان	200.000	12 – 13	8	یکشنبه – سه شنبه	حرکات ریتمیک
خانم مهسا اسکویی	230.000	14 – 15	8	یکشنبه – سه شنبه	فیت دنس
خانم مهسا اسکویی	200.000	14 – 15	4	پنجشنبه	استریت دنس
خانم نرگس اسمعیلی	550.000	12 – 11	12	روز زوج (نیمه خصوصی)	تی آر ایکس فانکشنال

مربی	شهریه (تومان)	تعداد جلسات	ایام هفته	کلاس
خانم دکتر تیام مهاجری	600.000	10	هر روز / با هماهنگی	آبدرمانی
خانم دکتر تیام مهاجری	800.000	10	هر روز / با هماهنگی	آموزش شنا
خانم دکتر تیام مهاجری	900.000	10	هر روز / با هماهنگی	آموزش مربیگری و ناجی گری
خانم دکتر تیام مهاجری	900.000	10	هر روز / با هماهنگی	دیدبانی
خانم دکتر تیام مهاجری	600.000	10	هر روز / با هماهنگی	ایروبیگ در آب
خانم دکتر تیام مهاجری / خانم زمانی	300.000/700.000	10	هر روز / با هماهنگی	شنای ریتمیک
خانم دکتر تیام مهاجری	800.000	10	هر روز با هماهنگی	بدنسازی در آب

پکیج استخر تفریحی		
تعداد جلسات	مدت اعتبار	مبلغ (تومان)
1		50.000
5	1 ماه	225.000
10	2 ماه	430.000
20	3 ماه	800.000

بدنسازی (کار با دستگاه)	ایام هفته	تعداد جلسات	شهریه (تومان)	مربی
بدون مربی	هر روز	12	300.000	-
نیمه خصوصی	هر روز / غیراز	12	500.000	خانم سحر مشکینی
خصوصی	پنجشنبه	12	900.000	
		18	1.200.000	
نیمه خصوصی	روزهای فرد	12	500.000	خانمها مریم سپاهی / مریم صفری
خصوصی			900.000	
نیمه خصوصی	روزهای زوج	12	500.000	خانم زهره ناروردی
خصوصی			900.000	
حرکات اصلاحی بدنسازی	روزهای فرد	12	600.000	خانم مریم صفری

پکیج (5 جلسه)	مبلغ (تومان)	مدت ماساژ	ایام هفته	ماساژ
	120.000 220.000	30 دقیقه یک ساعت	هر روز	رفلکسولوژی
	470.000 870.000	30 دقیقه یک ساعت	هر روز	درمانی
	530.000 970.000	30 دقیقه یک ساعت	هر روز	لاغری
	550.000	45 دقیقه	هر روز	صورت
	80.000	30 دقیقه	هر روز	بادکش

کلاسهای کودکان	ایام هفته	تعداد جلسات	ساعت	شهریه	مربی
فیت دنس	پنجشنبه	4	12 - 14	200.000	خانم مهسا اسکویی

88617916 – 88213049

@karengym33

www.karengym.ir

instagram:karengym33

حرکات اصلاحی : هر روز با هماهنگی / 10 جلسه 600.000 خانم دکتر مهاجری

سانس بانوان : 7 صبح الی 15 هر روز غیر از جمعه و ایام تعطیل