

В каком порядке посещать спортивные зоны, решает посетитель. Многие зависят, конечно, от индивидуальных особенностей здоровья. Спортсмены говорят, что лучше всего ставить бассейн сразу после тренажерного зала. Получается сначала «загрузка» мышц, а потом их растяжка в воде. К тому же бассейн задает хорошую кардиоработу, помогает согнать лишний вес и мышцы будут в хорошем тонусе. Дополнительную информацию можно получить у администратора на ресепшене либо по телефону 4-22-40

Вместе с тем, с начала открытия ФОК зарегистрировал более 67 тысяч посещений. Наибольшим спросом пользуется большой бассейн, его посетили более 44 тысяч раз. На втором месте - тренажерный зал с 9,5 тысячами посещений. На третьем месте малый бассейн. Здесь занимались почти пять тысяч раз, сообщает пресс-служба главы Белогорска.