

Smart fit

Клуб для девочек, стремящихся к совершенству. Как влияют на наше здоровье вредные привычки, обилие соли и сахара в рационе? Почему так важен 8-часовой сон? Ответы на эти вопросы вы узнаете на мастер-классах и лекциях в клубе Smart fit. А оставаться всегда в идеальной форме вам поможет индивидуально разработанная фитнес-программа!

Футбольный клуб K9

Уровень футбола выходит в I&Camp на новый уровень! Это и понятно, ведь этим летом в России пройдет чемпионат мира по футболу! Тренировки, специальный спортивный режим и рацион питания в ресторане, общение с прессой, соревнования между лагерями сети Terra Unique – а ты готов к самому футбольному лету?

Почему K9?

K9 - это революционная система скаутинга, отбора и подготовки молодых футболистов, каждый из которых получит возможность продемонстрировать свое мастерство CAMP-скаутам.

SlackLine

Slackline - это вид спорта, тренирующий чувство равновесия на плоской нейлоновой стропе, натянутой между двумя опорами. Slackline помогает поддерживать баланс и концентрацию внутри себя.

SUP Surfing и йога

Очень популярный в жаркое время вид спорта в I&Camp! Попробуй удержаться на доске и поймать волну в море, или займись йогой и релаксацией на досках в спокойном бассейне.

ZUMBA

I&Camp без зажигательной бодрящей Зумбы не I&Camp! Все спешим к бассейну, скоро начнется тренировка под зажигательную музыку!

Йога

Жизнь в лагере очень насыщена! Как начать свое утро правильно и зарядиться энергией на весь день? Приходите на занятия йогой, чаще всего она проводится у моря – и заряд энергии вам обеспечен!

Баскетбол

Баскетбол/стритбол - это движение, командный дух, чувство свободы и вкус победы. Площадка с профессиональным покрытием дает возможность играть в свое удовольствие.

Плавание в тренировочном бассейне

Тренировочный бассейн имеет две 25-метровые дорожки для тех, кому необходимо поддерживать форму настоящего пловца даже на отдыхе! Вода в бассейне пресная, очищенная самой современной системой очистки.

Аквааэробика

Этот веселый вид спорта не даст заскучать в бассейне! Под классную музыку совмещаем приятное купание с полезными упражнениями. Подтянутая фигура и отличное настроение – вот что ждет тебя после занятий!

Тренажерный зал

Подкачем мышцы? Профессиональный тренажерный зал оборудован всем необходимым для активных занятий. Опытный инструктор пропишет программу тренировки, чтобы избежать перегрузок и заниматься эффективно.

Настольный теннис

В отрядных холлах часто можно услышать звук скачущего мячика и крики болельщиков. Это резиденты играют в настольный теннис. Достаточно простая игра, но захватывает с головой! Присоединяйся и ты!

Скалодром

Скалодром - искусственное сооружение, имитирующее рельеф скалы, это прекрасный тренажер для тех, кто хочет укрепить силу, развить выносливость и упорство.

Большой теннис

Зона для большого тенниса включает в себя теннисный корт, ограждение и вышки освещения. Покрытие - регупол. Карты работают целый день с перерывом на обед и послеобеденный отдых. Занятия проводятся как в обучающем формате для новичков, так и для тренирующихся постоянно - профессиональные тренировки. Профессиональный инвентарь предоставляется бесплатно.

Волейбол

Командная игра всегда дает боевой настрой и положительную энергетику! В волейбол в ММЦ I&Camp можно играть, как на площадке стандартного размера со специализированным профессиональным покрытием, так и на пляже.