



# RUSYA CİMNASTİK AKADEMİSİ

## Premium



TÜRKİYE CİMNASTİK FEDERASYONU  
1. LİG TESCİLLİ CİMNASTİK KULÜBÜ

### ADRES, KONUM ve ULAŞIM BİLGİSİ

**RUSYA CİMNASTİK AKADEMİSİ**  
Şaşkınbakkal Cimnastik Salonu

Suadiye Mh, Bağdat Cd, No: 374/F Kadıköy - İstanbul

**Yol Tarifi:** Yapı Kredi Bankası Şaşkınbakkal şubesinin tam karşısı

← Salona rahat ulaşım için navigasyonu internet sitemizde bulabilirsiniz.

### ANTRENMAN PROGRAMI

Günler	PAZARTESİ ve PERŞEMBE			
Saatler	07:00 - 08:00	08:10 - 08:50	09:00 - 10:00	10:10 - 11:10
Çalışma	Yetişkin Cimnastik	Hamak Yogası	Medikal Pilates	YogaLates
Yaşlar	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü
Kontenjan	En az 3 - En fazla 7	En az 1 - En fazla 3	En az 2 - En fazla 5	En az 3 - En fazla 7
Saatler	11:20 - 12:50	13:00 - 14:00	14:10 - 15:10	19:45 - 21:15
Çalışma	Astrolojik Yoga	Medikal Pilates	Mat Pilates	Astrolojik Yoga
Yaşlar	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü
Kontenjan	En az 5 - En fazla 10	En az 2 - En fazla 5	En az 3 - En fazla 7	En az 5 - En fazla 10
Günler	SALI ve CUMA			
Saatler	07:00 - 07:40	07:50 - 08:50	09:00 - 10:30	10:40 - 11:40
Çalışma	Hamak Yogası	Medikal Pilates	Astrolojik Yoga	Mat Pilates
Yaşlar	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü
Kontenjan	En az 1 - En fazla 3	En az 2 - En fazla 5	En az 5 - En fazla 10	En az 3 - En fazla 7
Saatler	11:50 - 12:50	13:00 - 14:00	19:45 - 20:45	20:55 - 21:35
Çalışma	Medikal Pilates	YogaLates	Yetişkin Cimnastik	Hamak Yogası
Yaşlar	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü
Kontenjan	En az 2 - En fazla 5	En az 3 - En fazla 7	En az 3 - En fazla 7	En az 1 - En fazla 3
Günler	CUMARTESİ ve PAZAR			
Saatler	07:10 - 07:50	08:00 - 09:00	19:20 - 20:20	20:30 - 22:00
Çalışma	Hamak Yogası	Yetişkin Cimnastik	Medikal Pilates	Astrolojik Yoga
Yaşlar	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü	18 Yaş ve Üstü
Kontenjan	En az 1 - En fazla 3	En az 3 - En fazla 7	En az 2 - En fazla 5	En az 5 - En fazla 10

### ÜCRET TABLOSU

Kayıt Tipi	Yıllık Kayıt	Aylık Kayıt	Deneme Antrenmanı
Kayıt Ücreti	96.000 TL + KDV (%20)	15.000 TL + KDV (%20)	2.000 TL + KDV (%20)
Kayıt Süresi	8 Ay (Kasım - Haziran arası)	Sıralı 8 antrenman	1 antrenman
Ödeme Şekli	2 Taksit (1 Kasım - 1 Aralık)	İlk Antrenman Öncesi Peşin	Antrenman Öncesi Peşin