

Business Traveller

Тесты

Отель Fairmont Baku | Перелет Azal

Бизнес

Airbnb в борьбе за бизнес-клиентов

Персона

Феликс Коробов о счастье на гастролях

Выход в город

Абу-Даби | Баку | Екатеринбург | Монрё

№6
(19)



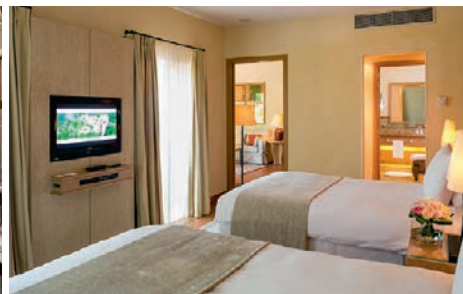
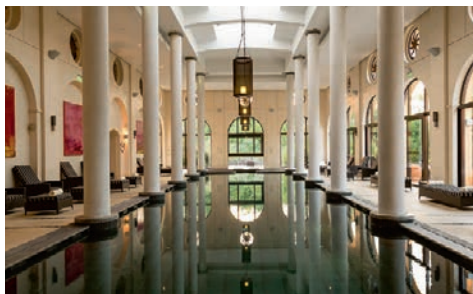
Восточная КОНСТРУКЦИЯ

Азербайджан делает ставку на современную архитектуру, первоклассные отели и курорты мирового уровня

18+

ISSN 2311-1356
9 772311 135771 16006

Terre Blanche Hotel Spa Golf Resort Прованс



5



НОМЕРА

115 сьютов и вилл, оформленных в прованских тонах

ЛУЧШЕЕ

удачное расположение в центре Прованса рядом с самыми интересными достопримечательностями региона

ЦЕНЫ

от €315 за сьют в зависимости от сезона

КОНТАКТЫ

3100 Route de Bagnols en Forêt, 83440 Tourrette, France
terre-blanche.com

ГДЕ ЭТО

В 40 минутах езды от аэропорта Ниццы и в 20 минутах от аэропорта Канн (для частных самолетов), на территории поместья Тер-Бланш, в окружении полей для гольфа, виноградников и неподалеку от пляжей Ривьеры расположен Terre Blanche Hotel Spa Golf Resort. Как говорят местные – почувствуйте разницу: это не Лазурное побережье, полное шума, пафоса и мишур, а место вдохновения для деловых людей. Он выстроен, как типичная деревня Прованса, в терракотовых и бежево-золотистых тонах. У отеля прекрасное расположение в предгорьях Альп и при желании всего за час можно добраться до ближайшего горнолыжного курорта.

ОТЕЛЬ

Еще в конце 1970-х землю выкупил фанат игры в гольф и по совместительству Джеймс Бонд всех времен и народов Шон Коннери. Однако через 20 лет он продал ее немцу Дитмару Хоппу, который построил отель и на всей территории разместил внушительную коллекцию работ современных скульпторов и художников.

НОМЕРА

Я жила в 60-метровом Premier suite с панорамным видом на

долину и гольф-поле, а также с собственной террасой с шезлонгами. Во всех номерах обязательная гостиная зона и спальня. Ванная комната оборудована ванной (над которой можно распахнуть окно с жалюзи в сад), двойной раковиной и душевой кабиной со стеклянным экраном. Гостям предлагается фирменная косметика Terre Blanche, изготовленная в Грассе специально по заказу отеля.

РЕСТОРАНЫ И БАРЫ

На территории четыре ресторана. Faventia, отмеченная одной звездой Мишлен, предлагает блюда прованской кухни и местные вина. В холле отеля в ресторане Gaudina и на открытой террасе подают завтраки и сервируют бранчи с атлантическими устрицами. По выходным сюда съезжаются жители окрестных городков, что свидетельствует в пользу шеф-повара. Les Caroubiers с видом на поле для гольфа предлагает игрокам сделать гастрономический перерыв. И, наконец, около 600-метрового открытого бассейна можно заказать в Tousco гриль, легкие закуски и напитки. Бар открыт с полудня до 3.30 ночи, и вид из него на лошину, над которой свободно и бесшумно парят планеры местной

ВЕРДИКТ

Отель с атмосферой богатой прованской деревни, где искусство жить красиво и уравновешенно возведено в принцип. Практически идеальное место для того, чтобы сосредоточиться и спокойно завершить начатое дело, а умиротворяющие виды долины помогут по-настоящему расслабиться у бассейна после рабочего дня. Жаль, что не у каждой виллы есть собственный «водоем», и для того, чтобы освежиться, нужно вызвать трансфер или совершить небольшую прогулку.



Тестировала
Анна Сиротина

летней школы, заставляет расправить и свои «крылья».

ГОЛЬФ-КУРОРТ

Два гольф-поля на 18 лунок, которые считаются одними из самых лучших и престижных в мире. Поле Le Chateau занимает 18-е место в мировом рейтинге, и на нем проводится один из этапов турнира French European Senior Tour. Академия игры открыта круглый год и предлагает индивидуальный план обучения. Точная компьютерная диагностика каждого удара поможет исправить ошибки и улучшить свои навыки.

СПА-КОМПЛЕКС

По звонку из номера за вами приезжает машинка-трансфер и везет в СПА. Комплекс располагает 20-метровым закрытым бассейном, хаммамом, финской сауной, ледяным фонтаном и римской баней с добавлением целебного газа радона. Массаж мячиками для гольфа стоит отметить как фирменное предложение Terre Blanche.

ДЛЯ БИЗНЕСА

Семь конференц-залов с четырьмя террасами, ресепшн и переговорные комнаты занимают 650 м, банкетный зал вмещает около 300 человек, услуги консьержа и бизнес-центр. ■

Terre Blanche Ladies Open

Du 31 mars Du 31 mars 2017 au 02 avril 2017



© Atout France/Michel Angot

Terre Blanche Ladies Open 3100 Route de Bagnols-en-Forêts 83440 Tourrettes fr
(Dates à confirmer)

Situé à flanc de colline, face aux villages provençaux du Haut-Var, ce parcours 18 trous de 6005 mètres exige stratégie de jeu et précision.

Le Terre Blanche Ladies Open donne ainsi le coup d'envoi de la saison sur le **Ladies European Tour Access Series**, circuit ayant pour vocation de permettre aux jeunes sportives professionnelles mais aussi amateurs, d'affiner leur technique dans l'optique d'une évolution vers le Ladies European Tour (LET).

Le LET Access Series contribue indéniablement au développement du golf professionnel féminin.

L'engouement est tel que de plus en plus de pays souhaitent organiser des LETAS : 5 tournois étaient inscrits au calendrier en 2010 contre pas moins de 15 en 2015.

Chaque année, le Ladies Open regroupe une vingtaine de nationalités différentes sur chaque épreuve ainsi que des têtes d'affiches du circuit européen pour offrir un spectacle international de haut-niveau.



Date : 20/12/2016

Heure : 05:35:13

france.fr

Pays : Belgique

Dynamisme : 0



Page 2/2

[Visualiser l'article](#)

Adresse

Terre Blanche Hôtel Spa Golf Resort *****

3100 Route de Bagnols-en-Forêts

83440 Tourrettes

www.lhotellerie-restauration.fr

Pays : France

Dynamisme : 15

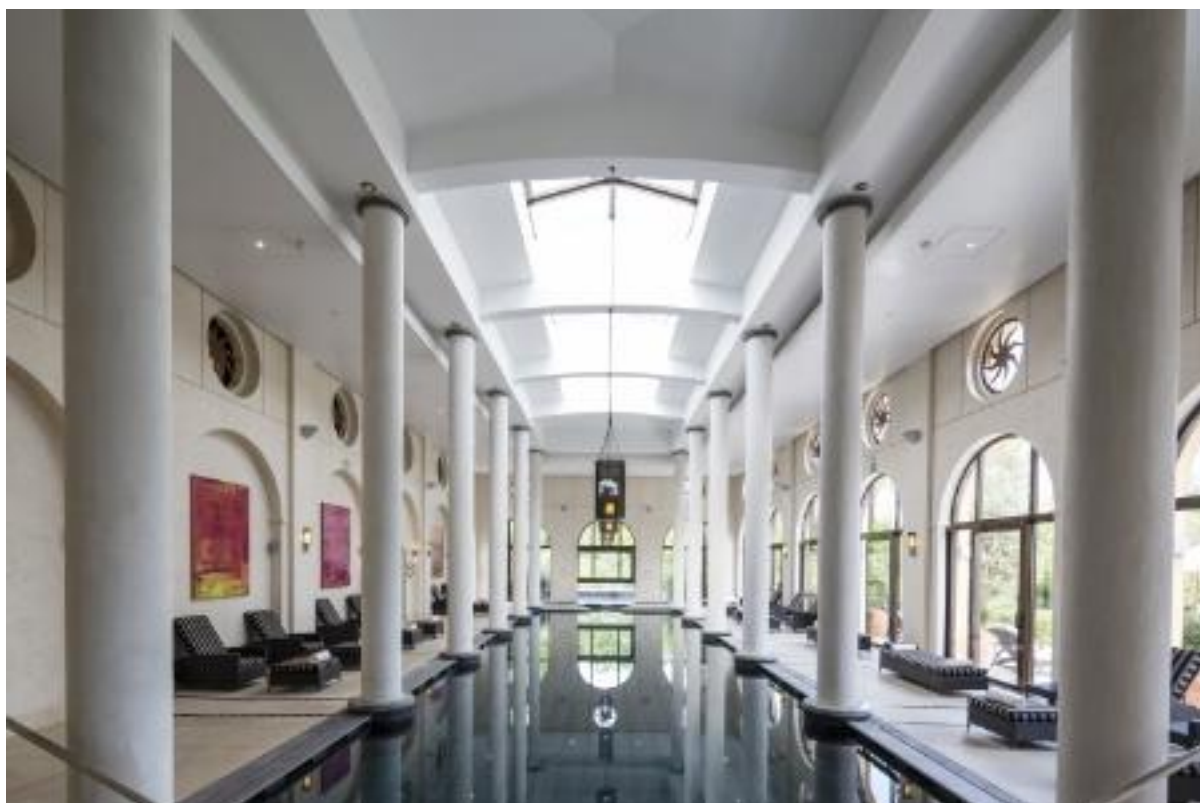


Page 1/2

[Visualiser l'article](#)

Le spa, porte d'entrée vers les points de vente de l'établissement

83 - Var Les hôteliers misent sur des outils de fidélisation et proposent des offres découvertes pour attirer la clientèle de proximité et commercialiser leurs équipements. Des offres conçues en adéquation avec l'esprit du lieu.



Terre Blanche Hôtel Spa Golf Resort à Tourrettes (Var)

Diaporama:Le spa, porte d'entrée vers les points de vente de l'établissement:11 photos:<http://www.lhotellerie-restauration.fr/journal/hotellerie/2016-12/Le-spa-porte-d-entree-vers-les-points-de-vente-de-l-etablissement.htm>

Dans un département comme le Var où la saisonnalité est forte, développer une offre de fidélisation est un élément clé pour travailler à l'année. "Avant, quand l'hôtel était plein, le spa était plein, et inversement. Pour ne pas dépendre de l'hôtel, j'ai souhaité développer l'autonomie du spa", détaille Gilles Fouilleroux, directeur de l'hôtel golf & spa Terre Blanche à Tourrettes. "Le marché local est important pour Terre Blanche : 80% des membres du spa viennent du bassin local, surtout en moyenne et basse saison."

www.lhotellerie-restauration.fr

Pays : France

Dynamisme : 15



[Visualiser l'article](#)

Pour fidéliser cette clientèle qui permet au spa de vivre à l'année, l'établissement propose des abonnements qui incluent en plus des prestations de soins, différents niveaux d'avantages sur les restaurants, les chambres, les activités au golf, avec des durées d'abonnements d'un mois à un an.

Attirer la clientèle locale grâce aux packages

L'Hôtel & Spa du Castellet, qui a ouvert son spa au mois de juin, s'appuie, en plus des abonnements, sur des forfaits à la journée visant à attirer la clientèle de proximité : l'accès au spa est couplé à un déjeuner au Bistrot San Felice du chef Christophe Bacquié, ou à un accès au golf du domaine, avec des tarifs attractifs. La carte du Bistrot mentionne d'ailleurs les plats plus diététiques, pour proposer une offre bien-être cohérente. "En créant le spa, nous avons travaillé sur différents axes pour nous démarquer : l'innovation pour proposer un spa unique, la qualité pour fidéliser, la transversalité pour mettre en avant les différentes activités du domaine. Sur ces six premiers mois, nous pouvons constater que l'offre à la journée Bistrot & Spa plaît beaucoup aux clients locaux", détaille Alexandra Bacquié, directrice des hôtels du Castellet. Un spa qui, en attirant la clientèle de proximité, va permettre aussi d'allonger la saison pour l'hôtel et les restaurants.

Valoriser ses atouts

Au Château de Berne à Lorgues, le spa est conçu comme une porte d'entrée vers les autres points de vente du domaine : le programme de fidélité propose des visites et dégustations à la cave à vins, tandis que pour les deux restaurants, les avantages vont de remises sur les repas (10 ou 20 % selon l'abonnement) jusqu'à un repas offert à la table du chef pour les membres Excellence.

Le spa mise également sur son emplacement comme atout : situé en plein coeur d'un domaine viticole, un package propose l'accès au spa associé à un cours de cuisine santé, une randonnée dans le domaine suivi de la dégustation d'un panier pique-nique détox à savourer au milieu des vignes, tandis que le soin signature du spa utilise les sarments et les produits méditerranéens.

À La Réserve à Ramatuelle, le spa est associé à la gastronomie avec une offre découverte à la journée qui inclut un déjeuner étoilé à la table d'Eric Canino. " Nous proposons de vivre une expérience, pas seulement un soin, commente Nicolas Vincent, directeur. L'aspect bien-être est développé jusqu'au repas avec la cuisine légère et équilibrée du chef. Grâce à cet axe qui mêle remise en forme et plaisir, La Réserve est devenue en quelques années une destination bien-être en soi."



Noël d'exception à Terre Blanche Hôtel Spa Golf Resort

Terre Blanche***** a imaginé une palette de cadeaux d'exception à offrir pour Noël : instants cocooning ou séjours golifiques, toutes les envies sont comblées.



Pour les cadeaux beauté, le Spa de 3200 m2 propose 3 escapades de rêve : « Journée Détente », « Journée Exquise Carita pour Elle » ou « Journée Homme Idéal Carita pour Lui », véritable ode à la relaxation !

Pour épater les amateurs de golf, l'établissement dévoile 3 forfaits d'une journée : « Green Fee & Pause Gourmande », « Practice & Pause Gourmande » et « Golf & Spa » qui conjuguent sport, gastronomie ou bien-être. Le 25 décembre, pour célébrer Noël tout en gourmandise, le Chef MOF Philippe Jourdin orchestrera un déjeuner à savourer aux Caroubiers avec vue panoramique sur le golf.

Au menu : Petite nage de gambas au gingembre et huile citrino ou Terrine de Foie gras de canard Maison, pain de campagne grillé, Chutney de fruits frais ; Suprême de pintade fermière rôti, farce fine aux marrons, polenta crémeuse truffée à la Tuber aestivum, jus gouteux ; Bûche au chocolat Grand Cru de l'île de Trinidad, coeur croustillant au Gianduja, biscuit moelleux au cacao ou Bûche légère à la noix de coco, coeur fondant aux fruits de la passion, compoté de mangue et d'ananas relevée au citron vert.

Pour bien préparer votre séjour : www.terre-blanche.com/accueil.html

La Rédaction



TOURRETTES

Terre Blanche en habits de fête

A l'occasion des fêtes de fin d'année, Terre Blanche Hotel Spa Golf Resort se pare de ses habits de lumière. Menu féérique ce 25 décembre ou parenthèses enchantées à offrir à ses proches... de quoi faire pétiller les pupilles à l'ouverture des cadeaux !

Spa, golf et gastronomie

Terre Blanche imagine une palette de cadeaux d'exception à offrir pour Noël : instants cocooning ou séjours golfeurs, toutes les envies sont comblées.

Pour les cadeaux beauté, le somptueux spa de 3 200m² propose trois escapades de rêve : « Journée détente », « Journée Exquise Carita pour Elle » ou « Journée Homme Idéal Carita pour Lui », véritable ode à la relaxation !

Pour épater les amateurs de golf, l'établissement dévoile trois forfaits d'une journée : « Green Fee & Pause Gourmande », « Practice & Pause Gourmande » et « Golf and Spa » conjugu-



Le repas de Noël est servi dans le cadre élégant des « Caroubiers ».

ent sport, gastronomie ou bien-être pour profiter pleinement de cet écrin de rêve au cœur de l'un des plus prestigieux green d'Europe.

Pour célébrer Noël en toute gourmandise, le chef étoilé Philippe Jourdin invite ses convives ce dimanche dans le cadre élégant des Caroubiers. Confortablement installés près de la cheminée, les fins gourmets savourent un déjeu-

ner empreint de magie avec vue sur le golf. Au menu : petite nage de gambas au gingembre et huile citrine ou terrine de foie gras de canard maison, pain de campagne grillé, chutney de fruits frais ; suprême de pintade fermière rôti, farce fine aux marrons, polenta crémeuse truffée à la Tuber aestivum, jus goûteux ; bûche au chocolat grand cru de l'île de Trinidad, cœur fondant aux

fruits de la passion, compotée de mangue et d'ananas relevée au citron vert. Les papilles aussi sont en fête ! Menu du 25 décembre aux Caroubiers à partir de 55 euros.

C.G.

Savoir +

Terre Blanche Hôtel Spa Golf Resort, 3100 route de Bagnols-en-Forêt 83440 Tourrettes Contacts 04 94 39 90 00 www.terre-blanche.com



PROVENCE

VAR

Le domaine Terre Blanche toujours en ambiance « Noël ».

A Tourrettes, l'Hôtel Terre Blanche se pare de ses habits de lumière et imagine une palette de cadeaux d'exception à offrir pour cet après-Noël (pour ceux qui ont les moyens) : instants cocooning ou séjours golifiques, toutes les envies sont comblées. Pour les cadeaux beauté, le Spa de 3200 m² propose trois escapades de rêve : « Journée détente », « Journée exquise carita pour elle » ou « Journée homme idéal carita pour lui ». Pour épater les amateurs de golf, l'établissement dévoile aussi trois forfaits d'une journée : « Green fee & pause gourmande », « Practice & pause gourmande » et « Golf & spa » conjuguent sport, gastronomie et bien-être.

Enfin, le 25 décembre, le chef Philippe Jourdin se mettra au diapason en orchestrant un déjeuner à savourer aux Caroubiers offrant une vue panoramique sur le golf.



Sports

GOLF APPROCHE PUTT

Terre Blanche en tournois majeurs

Terre de golf, le Var va accueillir à nouveau en 2017 des compétitions majeures. Outre les traditionnels championnats de ligue ou départementaux, les grands prix dans la plupart des sites, de grands rendez-vous sont prévus. En particulier à Terre Blanche, positionné comme un des complexes les plus pointus

en matière d'épreuves de haut niveau.

Le resort de Tourrettes va abriter une fois encore deux tournois du circuit pro européen, particularité unique dans le département et même la région. Le premier s'adresse aux seniors. Il s'agit du French Riviera Masters de l'European seniors tour, qui regroupe à

chaque édition plusieurs dizaines de joueurs professionnels, venus de toute l'Europe, et dont certains ont figuré aux meilleures places des classements mondiaux.

Le second, c'est le Ladies Open, qui aura lieu du 31 mars au 2 avril. Cette compétition regroupe les meilleures joueuses du LETAS, le Ladies European Tour Access Series, c'est-à-dire l'antichambre du LET, le Ladies European Tour. L'objectif des filles qui disputent le LETAS est d'intégrer le LET, en terminant pour cela en haut des classements en fin de saison.

Le Ladies Open prend du galon

Le LETAS, qui comprenait au départ seulement quelques tournois, en compte désormais plus d'une quinzaine, dont celui de Terre Blanche. Il se situe en début de saison, et réunit donc des joueuses très affûtées avant une longue année de tournois sur le continent. En 2017, le Ladies Open voit sa dotation augmenter, avec un ensemble de prix se montant à 40 000 euros, soit tout de même 10 000 euros de plus,



Justine Dreher est une des têtes d'affiche attendues à Terre Blanche, au printemps.

(Photos B. Q.)

ce qui n'est pas négligeable... Cela promet un plateau encore plus relevé.

Il est trop tôt, bien sûr, pour savoir qui sera présent au printemps sur le golf de Tourrettes. Mais pour tous les passionnés de golf, voilà un tournoi à ne pas manquer, juste histoire de

voir ce qui sépare chacun de nous du haut niveau!

B. Q.

Sur les greens

Mardi 3 janvier

Coupe des Rois seniors, au golf de Valescure, à Saint-Raphael (stableford)



John Gould, le plus Varois des Britanniques, sera au rendez-vous du French Riviera Masters.

HORIZONS[®]

MONDE

Numéro 25 / Janvier Février Mars 2017 - www.horizonsmonde.com

Au bon Endroit. Au bon Moment!

NORVÈGE

THEME SPÉCIAL



Gagnez

1 croisière pour
2 personnes
en Norvège

10 TOP
DES HÔTELS EN
BORD DE PLAGE

Dossier Neige

Chamonix • Zagreb
Zinnen Dolomites
Corée Pyeonchang
J.O. 2018

0677 - 25 - F: 5,90 € - RD



3,50€ / DOM/S: 6,60€ / CAL/S: 890 CFP / IT: 6,50€
0 CFP / CAN: 9,99 \$CAD / MAR: 70 MAD

DOHA • MIAMI • BAHAMAS
THAÏLANDE • CHINE
AUSTRALIE DU SUD • IRAN



TERRE BLANCHE HÔTEL SPA GOLF RESORT *****

Une philosophie inspirée par la nature

L'architecture de Terre-Blanche, dont les maîtres-mots sont espace et sérénité, s'inspire directement de la beauté du paysage provençal et de son patrimoine culturel. L'utilisation de la pierre blanche et de l'argile rouge locales offre une mosaïque naturelle de tons écrus, dorés et de terra cotta, si caractéristiques du style provençal et méditerranéen.

Membre de la chaîne d'hôtels indépendants "The Leading Hotels Of The World", l'hôtel propose 115 suites et villas spacieuses au confort luxueux, avec terrasses privées, mais il compte également 4 piscines chauffées, dont une piscine à débordement de 600 m² qui est un spectacle à elle seule tant la vue panoramique sur les collines boisées du pays de Fayence est sublime. Les amateurs de golf ont à leur disposition deux parcours parmi les plus prestigieux d'Europe, où la nature est ici l'inspiratrice, avec ses vallées, lacs, ravines, cascades, forêts. L'architecte de golf Dave Thomas a su préserver les reliefs existants et la végétation de ce site magnifique. Le Spa, niché au sein d'une somptueuse villa ocre de 3200 m² située à flanc de colline, associe les méthodes de thérapies traditionnelles et ultra-modernes, des technologies et cosmétologies innovantes à l'aromathérapie propre à la Provence. Terre Blanche est comme une oasis avec 360 jours de soleil par an ! www.terre-blanche.com

LES CHOUETTES, PLUS QU'UN RESTAURANT : UN LIEU DE VIE

Avec deux salons, une vaste salle à manger aux banquettes confortables, deux bars, un salon bibliothèque, des alcôves pour les tête-à-tête, une grande table pour les dîners de fête, le restaurant Les Chouettes reçoit l'hiver au coin du feu, et en terrasse l'été, sous les parasols. Situé dans le quartier du Marais, cet ancien atelier de bijouterie a été totalement rénové avec la collaboration de l'architecte Lazaro Rosa Violan pour en faire un restaurant de 160 couverts. Avec poutres, boulons et escaliers de fer dans le pur style Eiffel, 550 m² de salles et 20 mètres de hauteur sous verrière, le décor est à couper le souffle. Des coursives sur deux étages font penser à un transatlantique en partance pour l'Amérique et c'est du bastingage qu'on observe le ballet des serveurs. Pour un budget d'environ 30 à 50 euros, le chef Wilfried Graux vous donne le choix, au déjeuner et au dîner, entre cinq entrées, cinq plats, cinq desserts qui varient chaque semaine selon les arrivages et l'inspiration du moment. La cuisine qui privilégie les produits frais, les légumes d'Île-de-France, les volailles Bio et les poissons, affiche des plats de saison aussi agréables à l'œil qu'au palais. Côté cave, on ne compte pas moins d'une centaine de références, avec une vraie recherche de petits producteurs biodynamiques. Tél : 01 44 61 73 21

www.restaurant-les-chouettes-paris.fr



Hot spot

SAINTE-LUCIE : LA NOUVELLE DESTINATION QUI MONTE DANS LA CARAÏBE !

La plus francophile des îles anglaises de la Caraïbe inaugure un parc hôtelier de 700 nouvelles chambres pour 2017 avec l'ouverture de 4 nouveaux resorts (Harbour Club à Rodney Bay, Royalton à Cap estate, Hideaway at Royalton à Gros Islet et Freedom Bay au cœur du site de l'UNESCO près de Coconut Bay). De plus la destination renforce ses connections cet hiver avec Air France, Air Caraïbes et Corsair qui proposent 4 vols par semaine depuis Paris Orly. Sainte-Lucie a été élue "Première destination pour les voyages de noces au Monde" pour la huitième fois, par le World Travel Awards. Les démarches sont effectivement extrêmement faciles et rapides : on peut se marier en 3 jours et les bans sont publiés par l'ambassade de France. De nombreux hôtels de l'île offre les services d'un coordinateur de mariage qui prend en charge tous les préparatifs : démarches administratives, photographe, réception et plus. Au-delà des hôtels, Sainte-Lucie a également de nombreux lieux de mariage au fabuleux potentiel : vous pouvez vous marier sur un yacht, dans un phare, dans un jardin botanique, dans une villa privée, dans une plantation ou à l'église... Avec, en toile de fond pour vos photos, les fameux Pitons ! Et quel autre meilleur endroit pour passer sa lune de miel ? info@stluciafr.org - Tél : 01 54 32 02 54 - www.stlucia.org



THE RESIDENCE MALDIVES LANCE LE PROGRAMME D'ACTIVITÉS NOCTURNES "AFTER DARK"

Les clients sont désormais invités à vivre des expériences uniques une fois la nuit tombée, avec un programme proposant de faire de la plongée nocturne, de participer à des séances de yoga à la lueur de la pleine lune ou encore de glisser sur l'océan en paddle face au coucher du soleil. Snorkeling et plongée sous-marine nocturnes apportent un nouveau regard sur la faune et la flore maldiviennes. En effet, dans l'obscurité, la vie marine s'éveille, les coraux s'animent, donnant lieu à des scènes empruntes de magie, de poésie et totalement déconnectées du temps. La plongée nocturne se réalise à l'aide d'une torche. Il est également possible d'opter pour la plongée ou le snorkeling "fluo" utilisant une lumière UV qui révèle les couleurs incroyablement fluorescentes des coraux. The Residence Maldives se niche sur Falhumaafushi, une île vierge de l'atoll Gaafu Alifu, l'un des plus grands atolls au monde. C'est un refuge isolé qu'offre cette île privée, où la beauté incomparable de la nature crée un décor envoûtant pour une détente ultime. cenizaro.com/theresidence/maldives-fm



ПЕРВЫЙ В ЕВРОПЕ ЦЕНТР БИОМЕХАНИКИ В ОТЕЛЕ TERRE BLANCHE HOTEL SPA GOLF RESORT, ПРОВАНС

ГЛАВНАЯ » NEWS & EVENTS » ПЕРВЫЙ В ЕВРОПЕ ЦЕНТР БИОМЕХАНИКИ В ОТЕЛЕ TERRE BLANCHE HOTEL SPA GOLF RESORT, ПРОВАНС

SEASON'S

luxury hotels @ SPA representation



**Первый в Европе центр биомеханики
в отеле Terre Blanche Hotel Spa Golf Resort, Прованс**

Если вдруг с нового года Вы поставили перед собой цель – научиться играть в гольф, то за этим стоит отправиться в Terre Blanche Hotel Spa Golf Resort, который был признан лучшим европейским гольф курортом и получил несколько наград в этом году. Здесь не просто самые большие гольф поля чемпионского класса в Европе, но и открылся первый центр биомеханики Biomecaswing при SPA-комплексе отеля, где можно в прямом смысле увидеть сильные и слабые стороны своего тела на специальных аппаратах и экранах, а также узнать о его скрытых возможностях. Специалисты Terre Blanche под руководством профессора по биомеханическим исследованиям Жан-Жака Риве разработали несколько программ как для профессиональных гольфистов, так и для новичков и просто тех, кто хотел бы улучшить осанку, перестать сутулиться, улучшить баланс тела и узнать больше о закономерностях его движения.

Перед занятием специалисты центра определяют ваш морфотип и телосложение, оценят жировые отложения и эластичность мышц. Для этого сначала нужно попытаться устоять на движущемся круге – это тест на баланс, затем на специальном тренажере проверяется координация, реакция и осанка: все это занимает несколько минут. Учитывая эти результаты, тренер каждому рекомендует специальные упражнения, чтобы повысить выносливость и гибкость, а также, для игроков в гольф, – силу удара.

