

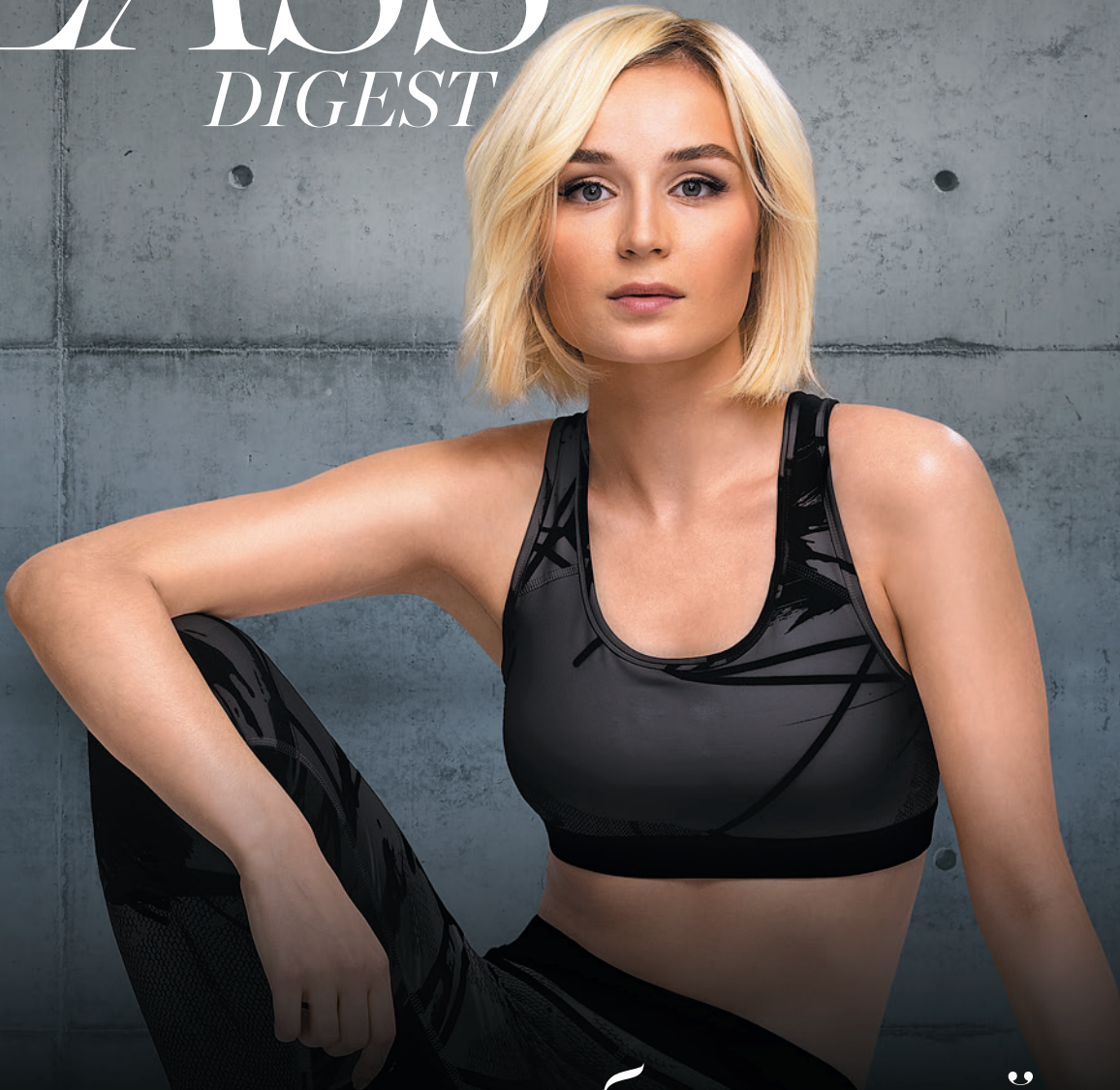
0+

юбилейный выпуск

WORLD

CLASS

DIGEST



певица Полина Гагарина

10 лет создаем победителей

# Для тех, кому не подходит фитнес-клуб №2

**World Class**

FITNESS & SPA

ул. Революционная 39/2

☎ 276-40-40

[www.worldclass-ufa.ru](http://www.worldclass-ufa.ru)

📘 worldclassufa

#worldclassufa

# WORLD CLASS DIGEST

Главный редактор:

**Гузель Харисова**

Координатор проекта:

**Прасковья Анкудинова**

Издатель:

**Элиза Савасина**

Руководитель отдела продаж:

**Зульфия Рахматуллина**

Над номером работали:

**Эвелина Габдрахманова,**

**Наиля Валиева**

Верстка, предпочтательная подготовка:

**Наталья Яковлева,**

**Аллен Еникеев**

Фото:

**Александр Афанасьев**

**Александр Рой**

**Амир Гумеров**

**Дмитрий Айчуваков**

**Руслан Давлетбердин**

Корректор:

**Елизавета Бирюкова**

На обложке: певица Полина Гагарина.

Фото: Данил Головкин

Адрес редакции:

г. Уфа, ул. Революционная, 39/2,  
тел. 276-40-40.

Адрес издателя:

г. Уфа, ул. Большая Гражданская, 2,  
блок Б/Б1, тел. 293-53-25.

Газета World Class (Уорлд Класс  
в Уфе), № 2 (лето), 2016.

Свидетельство о регистрации сред-  
ства массовой информации ПИ № ТУ  
02-00449 выдано 24 марта 2011 г.

Управлением Федеральной службы  
по надзору в сфере связи, информаци-  
онных технологий и массовых коммуни-  
каций по Республике Башкортостан (0+).

Учредитель: ООО «Спорт-Сити»  
(г. Уфа, ул. Революционная, 39/2).

Отпечатано: Типография «Press Start»,  
450001, г. Уфа, ул. Кировоградская,  
д. 34/1, тел. 266-65-55.

Тираж 1200 экз. Заказ №1327.

Время подписания в печать:

12:00, фактическое 12:00,  
по графику 12:00, 24.08.16 г.

Распространяется бесплатно.



Уверенность в себе и своих силах, гордость за личный спортивный рекорд, отличное самочувствие после сложного рабочего дня, улыбка при виде собственного отражения в зеркале, невероятная радость, когда любимые джинсы снова впору: каждая история преобразования и преодоления – это и наша личная история успеха. Поэтому мы так искренне радуемся победам клиентов. Приятно осознавать, что в течение десяти лет World Class Уфа развивался, рос и совершенствовался для того, чтобы изменять жизнь многих в лучшую сторону.

Говорят, успех невозможен без любви к делу. Наверное, именно в этом секрет нашей команды. Мы получаем удовольствие от того, что делаем, и постоянно находим источники вдохновения в работе. World Class – это мир, в котором живут прекрасные люди. Клиенты нередко называют наш фитнес-клуб домом и нисколько не преувеличивают. За десять лет мы стали большой и дружной семьей. Мы помогаем друг другу и поддерживаем друг друга, как и должны делать родные люди.

# #ЯWORLDCLASS

*АКТИВНЫЕ, ТАЛАНТЛИВЫЕ, СИЛЬНЫЕ, КРАСИВЫЕ, УСПЕШНЫЕ, ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЕ – КЛИЕНТЫ WORLD CLASS ЗА ДЕСЯТЬ ЛЕТ СТАЛИ ПРАКТИЧЕСКИ ЕДИНЫМ ЦЕЛЫМ С ЛЮБИМЫМ ФИТНЕС-КЛУБОМ, И ТЕПЕРЬ У НАС ОБЩАЯ ЦЕЛЬ – МЕНЯТЬ МИР К ЛУЧШЕМУ И НЕУСТААННО СТРЕМИТЬСЯ ВПЕРЕД. В ЭТОМ МАТЕРИАЛЕ МЫ СОБРАЛИ ИСТОРИИ, КОТОРЫЕ, ВОЗМОЖНО, ВДОХНОВЯТ ВАС НА НОВЫЕ СВЕРШЕНИЯ!*



**Владимир Вавилов, заместитель директора филиала «Росгосстрах» в РБ, в клубе 8 лет**

Я регулярно хожу в World Class вот уже семь лет. У меня выработалась даже своя система. Мой офис находится рядом с клубом, поэтому я прихожу в World Class в обеденное время, занимаюсь, а затем ем в фитнес-баре. Фактически совмещаю приятное с полезным, а по сути работает принцип: не захотел идти на тренировку – значит остался без обеда. Отличная мотивация! Надо сказать, фитнес невероятно облегчает жизнь. Восемь лет назад у меня были лишний вес, вялое рыхлое тело и пивной живот. Сейчас от этого всего ничего не осталось. Мне нравятся динамичные занятия с заводной музыкой, поэтому я выбираю Body Pump и Body Combat. Они придают сил и заряжают энергией, заставляют по-другому смотреть на мир и чувствовать себя прекрасно.

До World Class я ходил в разные фитнес-клубы. И если раньше заставлял себя заниматься, то сейчас такого не бывает. На тренировку – как на праздник! Мне очень нравится атмосфера клуба. С тех пор как я впервые пришел в World Class, у меня ни разу не возникало мысли уйти в другое место. Здесь прекрасные люди, отличные тренеры, продуманная, четко выстроенная система работы. Кроме того, World Class посещают мои партнеры, что помогает мне поддерживать хорошие отношения с ними.

**Кристина Суханова, телеведущая, в клубе 10 лет**

Воспитывая детей, я стараюсь прививать им хороший вкус, манеры, ценности и формировать сильный характер путем приобщения их к спорту. Я с детства профессионально занимаюсь большим теннисом и понимаю всю значимость спорта. В моем случае регулярные тренировки, нагрузки и дисциплина определенно повлияли на становление характера.

Мы тренируемся в клубе всей семьей с самого открытия. Моя дочь с шести месяцев приобщается к спорту, ходит в бассейн World Class. Сестра отдает предпочтение персональным тренировкам в тренажерном зале и добилась заметных результатов: ее тело визуально изменилось, появился красивый рельеф мышц, она стала выносливее. А моей маме 65 лет, и она самый активный член клуба: регулярно посещает йогу, участвует в мероприятиях, праздниках, походах, сплавах. Этим мне и нравится World Class: здесь индивидуальный подход к каждому, много событий для приобщения людей к спорту и здоровому образу жизни.

Я всегда выбираю все самое лучшее, поэтому мой приход сюда был неизбежен. World Class – именно мой клуб, потому что я знаю: здесь меня всегда встретят знакомые лица девочек на входе, в фитнес-баре предложат блюда, которые я люблю. Это мой второй дом!



**Алина Трусова, в клубе 9 лет,  
Земфира Ясавеева, в клубе 9 лет**



**BOGNER**

ОДЕЖДА ДЛЯ АКТИВНОЙ ЖИЗНИ



Бутик Bogner,  
г. Уфа, ул. Чернышевского, 75,  
ТРК «Галерея ART», 1 уровень,  
тел. 216-40-67  
@ bogner\_ufa



**Лилия Ганиева, бизнес-леди, в клубе 10 лет**

Я не представляю себя без фитнеса, это такая же естественная и необходимая часть жизни, как еда или сон. Занятия давно стали для меня своего рода разрядкой, медитацией. Я прихожу в зал и забываюсь от любых проблем, тревог, волнений.

Решив однажды больше внимания уделять себе и своему телу, я выбрала только-только открывшийся World Class, став одним из первых его клиентов, и с тех пор занимаюсь постоянно, теперь уже – всей семьей: в Клуб ходят мои взрослые сын и дочь. Оставаться с World Class на протяжении всех этих лет легко: мне нравятся не только уровень Клуба и его местоположение, но и слаженная работа коллектива – и руководства, и тренерского состава.

Я сочетаю силовые и кардионагрузки, люблю групповые тренировки Les Mills и особенно RPM (сайкл). Не зря говорят, что все гениальное просто – так и с велосипедом. При правильном подходе он позволяет прокачивать мышцы, и развивать физическую выносливость, и подчеркнуть рельеф тела.

Я считаю, что назначение фитнеса – помогать быть человеку здоровым и красивым. Уверена, что большую часть проблем с самочувствием можно решить, не прибегая к медицине. И я могу с точностью утверждать, что мой внешний вид – это на восемьдесят процентов заслуга регулярных занятий в зале.

**Семья Пандей, в клубе 9 лет**

Знаете, о World Class мы слышали задолго до его открытия: в городе ходили разговоры о появлении нового фитнес-клуба. А наш папа уже посещал World Class в Москве, поэтому мы были знакомы с высоким уровнем этой сети.

Мы с супругом не занимались спортом профессионально, однако здоровый образ жизни всегда играл важную роль в нашей жизни. Конечно, нам было важно подавать детям хороший спортивный пример, чтобы они выросли здоровыми, крепкими, сильными и выносливыми. Если следуешь знаменитому девизу «Движение – это жизнь» с малых лет, взрослая жизнь становится намного проще и легче. Взять, к примеру, такой интересный момент: ты пришел на занятия, вроде бы, безумно устал, но эта усталость через некоторое время будто трансформируется в силу. Энергия, полученная на тренировках, помогает в течение дня, позволяет легче переносить трудности.



Занимаясь собой, важно подходить к делу с умом и не навредить себе. Фитнес с профессионалами World Class – это гарантированный результат. Да, ты можешь бегать в парке, но если будешь делать это неправильно (а так чаще всего и случается), то сделаешь только хуже. Без помощи квалифицированных тренеров пользы не добиться. В World Class мы под присмотром знающих людей. У многих тренеров большой стаж, за плечами спортивные достижения. Они – настоящий пример для подражания, к которому хочется стремиться.



# На Успенской

Клубный исторический квартал



Жилой квартал бизнес-класса  
в обрамлении улиц Коммунистическая—  
Новомостовая—Мингажева—Воровского



## УНИКАЛЬНАЯ ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА



Школы  
№39, №3,  
лицей 21



4 детских  
сада



Высшие  
учебные  
заведения



Парки  
и скверы



Театры,  
музеи  
и библиотеки



Политические  
и деловые  
центры



Духовные  
центры



- ЗАКРЫТАЯ ТЕРРИТОРИЯ – ВЪЕЗД ПО ПРОПУСКАМ
- ПОДЗЕМНЫЙ ПАРКИНГ
- НЕ ПОДЪЕЗД, А ПАРАДНАЯ
- ЛАУНЖ-ЗОНЫ



- ДЕТСКИЕ ПЛОЩАДКИ
- СОБСТВЕННЫЙ ТЕННИСНЫЙ КОРТ
- ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА
- ЛЕДОВЫЕ КАТКИ
- МИНИ-ДЕТСКИЙ САД



- СИСТЕМА ОЧИСТКИ ВОДЫ
- СОБСТВЕННАЯ КОТЕЛЬНАЯ
- БЕСШУМНЫЕ СКОРОСТНЫЕ ЛИФТЫ



- ПРОДУКТОВЫЙ СУПЕРМАРКЕТ
- ОТДЕЛЕНИЯ БАНКОВ
- РЕСТОРАНЫ КОФЕЙНИ
- АЛЛЕЯ С ФОНТАНОМ



**Первый Трест**

СТРОИТЕЛЬНАЯ  
КОМПАНИЯ

(347)

**222-0-111**

Проектная декларация на сайте:

**науспенской.рф**

[sale.1trest.ru](http://sale.1trest.ru)

Отдел продаж: Уфа, Новомостовая, 28/1а

# С ДНЕМ РОЖДЕНИЯ,

**Андрей Иванюта,**  
министр молодежной  
политики и спорта  
Республики  
Башкортостан



От имени  
Министерства  
молодежной  
политики и  
спорта Респу-  
блики Башкор-  
тостан  
и себя лично поздрав-  
ляю руководство, коллектив и клиентов  
одного из самого популярных фитнес-клубов города с днем рождения!  
В этом году уфимский World Class празд-  
нует свое десятилетие. За это время он  
заслужил уважение, репутацию, а также  
стал популярным среди жителей сто-  
лицы Башкортостана. World Class – это  
заведение, в котором созданы все условия  
для занятия спортом. Работа, проделан-  
ная тренерским составом и, безусловно,  
руководством клуба, позволила создать  
безупречную репутацию World Class.  
Кропотливый труд, уважение, душевное  
отношение к каждому клиенту, новые ин-  
тересные программы как для детей, так  
и для взрослых, уникальные технологии –  
залог вашего успеха!  
Дорогие друзья! Желаю вам дальнейшего  
процветания, здоровья, успехов, спор-  
тивных достижений и креативных  
свершений, чтобы количество клиентов  
увеличивалось с каждым днем, а также  
оставаться доступным для населения и  
одним из лидеров в индустрии фитнеса!

**Николай Прянишников,**  
генеральный директор World Class



Дорогие коллеги, я очень рад лично  
поздравить World Class Уфа с десятиле-  
тием клуба!  
Десять лет – серьезный срок для лю-  
бого бизнеса, а для сферы профессиональ-  
ных фитнес-услуг это еще и своеобразный  
знак качества и доверия клиентов! Наше  
партнерство все эти годы отличалось  
взаимным уважением, профессионализмом и эффективными отно-  
шениями. Для Русской Фитнес Группы World Class Уфа, без сомнения,  
успешный Клуб, причем, не только в рамках города, но и среди лучших  
клубов сети World Class! Я абсолютно уверен в новых победах не только  
членов клуба, но и всей команды World Class Уфа. Вперед, в новое деся-  
тилетие, с новыми силами и идеями!

**Марат Мамлеев,**  
исполнительный директор, Управляющий  
филиалом ПАО «Банк УРАЛСИБ» в г. Уфа



Поздравляю фитнес-клуб World Class Уфа  
с десятилетним юбилеем!

World Class Уфа – это сочетание тра-  
диций и инноваций в фитнес-индустрии.  
Пройдя большой путь, вы по праву счита-  
етесь одним из лучших фитнес-клубов Уфы.

Своим трудом вы дарите людям здоровье и хорошее  
настроение. Позвольте выразить вам слова благодарности и от всей  
души пожелать неиссякаемой энергии, бодрого настроения и душев-  
ного тепла! Пусть работа приносит удовлетворение и помогает  
достичь жизненных целей!

Приятно сознавать, что Банк УРАЛСИБ всегда находит  
в вашем лице понимание и поддержку своих проектов. Надеемся на  
продолжение этого сотрудничества, развитие и укрепление наших  
теплых дружественных и деловых связей.

**Наталья Шапрова,**  
председатель Правления Оздоровительной корпорации «МЕТА»



При создании фитнес-клуба мы очень хотели предложить городу самые пере-  
довые возможности в области фитнеса. Именно поэтому в качестве партнера  
выбрали фитнес-бренд №1 в России – World Class. Спустя 10 лет мы рады  
видеть, что в нашем клубе сформировалась настоящая дружная семья, объеди-  
няющая клиентов, тренеров и персонал. Спасибо, что доверяете и выбираете  
World Class Уфа! Мы благодарны нашим клиентам и партнерам, именно ваша  
поддержка помогает нам двигаться вперед!

# WORLD CLASS УФА



**Радмила Сурначева,**  
руководитель БФПД «Потерь нет»

Поздравляем коллектив фитнес-клуба World Class Уфа со значимой датой – десятилетием компании. Желаем вам достижения новых вершин, больших успехов и процветания в вашей деятельности!

Выражаем искреннюю благодарность за многолетнее плодотворное сотрудничество, активную поддержку реабилитационных программ фонда и неравнодушное отношение к проблемам тяжелобольных детей!



**Риф Латыпов,**  
управляющий автосалоном  
Лексус-Уфа

Поздравляем World Class Уфа и всех, кто вложил душу в создание, развитие и процветание клуба, с десятилетним юбилеем! Желаем вам неиссякаемой энергии и сил в достижении самых невероятных целей! Радуйте своих клиентов высочайшим качеством услуг и новыми фитнес-трендами.

**Элиза Савасина,**  
издатель журнала «Уфа.Собака.ru»

Десять лет назад открытие World Class для нас стало очень радостным событием, ведь тогда в Уфе появился первый фитнес-клуб премиального уровня, крупнейшей федеральной сети. На протяжении всех десяти лет мы тесно сотрудничаем с World Class Уфа и надеемся на дальнейшую плодотворную совместную работу. Спасибо всем, кто был и сейчас причастен к деятельности этого фитнес-клуба. Вы делаете это мир прекраснее и сильнее. Не останавливайтесь на достигнутом! Еще больших вам побед, успешного роста и удачи во всех начинаниях!



**Игорь Шашкин,**  
директор департамента франчайзинга  
World Class

World Class Уфа – это тот надежный партнер, которым дорожишь и гордишься. Поэтому особенно приятно присоединиться к празднованию десятилетнего юбилея и поздравить всю команду и членов клуба.

World Class Уфа отличают особая атмосфера, большие возможности для спортивных и фитнес-достижений, постоянные обновления программ и оборудования. Ведь не зря самые известные люди Уфы рады посещать наш клуб!

Для Русской Фитнес Группы одним из главных критериев успешного клуба являются его показатели по участию в межрегиональной программе. По данному пункту World Class Уфа прочно держится в пятерке самых популярных для посещения клубов, а также является обязательной частью программы пребывания в Уфе для членов клубов из других городов.

Мы желаем нашим партнерам расширить территорию влияния и приобщить еще больше людей к здоровому образу жизни!

## WORLD CLASS УФА – 10 ЛЕТ!

**В октябре приглашаем всех членов Клуба,  
друзей и партнеров на праздник в честь  
Дня Рождения World Class Уфа.**

Следите за новостями на сайте [www.worldclass-ufa.ru](http://www.worldclass-ufa.ru) и в официальных группах клуба: [www.facebook.com/groups/worldclassufa](https://www.facebook.com/groups/worldclassufa) и [vk.com/worldclassufa](https://vk.com/worldclassufa)

# МЕСТО ИМЕЕТ ЗНАЧЕНИЕ

*ПРАКТИЧЕСКИ У КАЖДОГО ИЗ НАС В РОДНОМ ДОМЕ ЕСТЬ ЛЮБИМЫЙ УГОЛОК, НАПРИМЕР, КРЕСЛО, В КОТОРОМ ХОРОШО ЧИТАТЬ КНИГУ, ИЛИ КАБИНЕТ, ГДЕ МОЖНО ПОБЫТЬ НАЕДИНЕ С СОБОЙ. ПО ПРИЗНАНИЮ МНОГИХ КЛИЕНТОВ, WORLD CLASS СТАЛ ДЛЯ НИХ ВТОРЫМ ДОМОМ, И МЫ ПОДУМАЛИ, ЧТО У НИХ ТАКИЕ МЕСТА ДОЛЖНЫ БЫЛИ ПОЯВИТЬСЯ И В ФИТНЕС-КЛУБЕ – И НЕ ОШИБЛИСЬ!*

## Русская баня

Ирина Каримова, главный врач  
Больницы скорой медицинской  
помощи, в клубе 10 лет

Я поклонница практически всех водных программ, которые есть в клубе, и отличным их завершением считаю посещение русской бани. На протяжении нескольких лет хотя бы раз в две недели эта процедура обязательно присутствует в моей жизни. Баня с чудесным, ароматным и душистым венничком – это оазис здоровья, а в придачу здесь есть ледяная купель, массаж, душ Виши, которые омолаживают организм, укрепляют иммунитет, избавляют от стресса, негативных эмоций и мыслей! После русской бани ощущаешь себя помолодевшей, окрепнувшей, посвежевшей, позитивной и любящей весь мир! Руководит этим таинством и волшебством замечательный специалист Сергей с потрясающей энергетикой и профессионализмом. Здоровья ему и всем его последователям!



## Многофункциональный зал

Александр Краснокутский, директор компании «Релакс+», в клубе 10 лет

В World Class я регулярно играю волейбол и, надо сказать, таких удобных обустроенных залов не видел ни в одном фитнес-центре города. Десять лет назад, во время моего первого знакомства с клубом World Class, я заглянул в многофункциональный зал, где играли в волейбол. Честно признаться, до этого момента вообще не умел играть, но меня позвали в команду. Я втянулся настолько, что вот уже десять лет регулярно играю. Кстати, к этому делу приобщил и свою дочь Катю, которая с трех лет ходит в World Class. Она сначала играла с нами, а теперь уже настоящий профессионал, игрок ДЮСШ №34 волейбольного клуба «Уфимочка».

## Тренажерный зал

Розалия Салихова, бухгалтер,  
в клубе 5 лет

Большую часть своего времени я провожу в тренажерном зале. С моим графиком посещать групповые занятия сложно, а для тренировок в зале я выбираю то время, которое удобно мне. Плюс ко всему, я могу самостоятельно составлять программу тренировок, исходя из собственных предпочтений и поставленных задач. Занятия в тренажерном зале помогают мне поддерживать мышцы в тонусе, развивать силу и выносливость, держать осанку. Кроме того, по сравнению с другими клубами, в тренажерном зале World Class всегда спокойная обстановка. Мне нравится, что здесь я вижу уже знакомые лица, полноценно занимаюсь и общаюсь с интересными людьми.





*Cartier*

САЛОН  ОПТИКИ

*Золотая оправа Ваших делам!*

CARTIER, FRED, DIOR, CHOPARD, ALAN MIKLI, PORSCHE,  
PHILIPPE STARCK, SWAROVSKI, GUCCI, DOLCE&GABBANA, JIMMY CHOO,  
GIORGIO ARMANI, CHROME HEARTS, PRADA, RAYBAN...

г. Уфа, ул. Ленина, 44/46  
тел. (347) 272-91-88  
[www.brotex.pro](http://www.brotex.pro)



## Бассейн

Гузель Насырова, домохозяйка, в клубе 9 лет

Мне близка водная стихия, поэтому бассейн для меня – место №1 в клубе. Я три раза в неделю хожу на акваэробiku, но само занятие для меня лишь разминка. После него я обязательно проплаваю еще километр разными стилями. Мне кажется, я могла бы плавать бесконечно, но дела зовут. Вода никогда не надоест, здесь я чувствую прилив сил и бодрости. Регулярные заплывы определенно вырабатывают выносливость. Кстати, мы с мужем приобретаем к плаванию и внука. Сейчас он по нашей инициативе ходит на персональные занятия к тренеру Марату Муратову, который ставит ему технику.



## Беговая дорожка

Николай Шакирьянов, директор производственного предприятия, в клубе 8 лет

Примерно три-пять раз в неделю минимум один час я провожу на беговой дорожке в World Class. К сожалению, наш климат и инфраструктура не позволяют круглогодично бегать на улице, поэтому в клубе занятия очень актуальны. Плюс здесь установлен хороший тренажер, при разработке которого специалисты учли, что правильный наклон бегового полотна – один из важных моментов во время бега, позволяющий снизить нагрузку на позвоночный столб. Вообще начинать было сложно, ведь у меня имелся лишний вес – 140 кг при росте 195 см! Уже через год занятий я весил 120 кг, а еще через три года пришел в форму: стал весить 95 кг. Сейчас мне 52 года, и я бегаю, чтобы поддерживать вес. Регулярные пробежки помогли не только сбросить лишнее, но и развить выносливость, силу и скорость. В настоящее время в хорошей форме я могу пробежать километр за 3:30.



## Хаммам

Динара Патракова, домохозяйка, в клубе 7 лет

Большинство зон в клубе World Class предназначены для усиленной работы над собой, поддержания себя в форме и укрепления здоровья. Но так приятно после напряженных тренировок на групповых занятиях или в тренажерном зале погрузиться в спокойную, расслабляющую атмосферу хаммама. Для меня это еще и уголок душевных бесед с подругой, ведь только здесь можно уединиться и спокойно пообщаться. Кроме того, специалисты говорят, что влажный пар способствует очищению организма и активизации клеточного обмена.



# Laurel

NEW SEASON  
FALL-WINTER 2016|17

**AVENUE MONTAIGNE**

ул. М. Карима, 47, тел. 292-77-84  
[www.koketkaufa.ru](http://www.koketkaufa.ru)



## SPA-салон

Елена Мельникова, аудитор,  
в клубе 3 года

Для меня любимое место в World Class – Beauty SPA. Как известно, самое ценное, что у нас есть – это время. Я прихожу в клуб на тренировки, а после них отправляться в какое-то другое место, чтобы восстановить силы и привести себя в порядок, для меня просто не имеет смысла. Ведь в родном World Class есть прекрасный салон, где встретят уже знакомые лица любимых мастеров. Как постоянный клиент я могу точно сказать, что качество оказываемых в салоне услуг на высоте. Здесь можно расслабиться и восстановить силы на сеансе массажа, пройти косметологические процедуры, сделать маникюр и многое другое.

## Зал групповых программ

Василий Савченко, владелец бизнеса,  
в клубе 9 лет

Последние несколько лет я выбираю для себя групповые тренировки, в частности, очень люблю Body Pump. Мне кажется, для моего организма это наиболее эффективный вид занятий. Состояние человека каждый день бывает разным: иногда просто не хочется заниматься и заставить себя тяжело. В таких случаях тренировки в группе очень помогают. Ты смотришь на других людей и под воздействием общего тонуса настраиваешься на волну. Здесь я тренируюсь по полной программе, а самостоятельно так выкладываться не получается. В итоге регулярные занятия помогают мне чувствовать себя лучше и увереннее держаться с людьми.



Рашида Султанова,  
Председатель Правления Союза женщин РБ,  
в клубе 9 лет

В World Class я пришла за год до его открытия – участвовала в обсуждениях того, каким должен быть клуб. Уже тогда в качестве основной тренировки я выбрала йогу в зале групповых программ. С возрастом организм меняется, а йога помогает поддерживать здоровье и физическую форму. В течение последних 7-8 лет на йогу ходит определенный круг людей, поэтому у нас образовался свой маленький клуб по интересам, в котором уже знакомые люди. Радует, что многие клиенты World Class именно здесь приобретают новых друзей. Общение с близкими по духу людьми всегда дает позитив, силы и вдохновение.





# ТАГАНКА

сеть шинных центров

ШИНЫ

ДИСКИ

АКБ



Интернет-магазин

[www.TAGANKA.biz](http://www.TAGANKA.biz)

Единая справочная **8-800-333-333-5**

# Я БЫ В ТРЕНЕРЫ ПОШЕЛ

**НЕКОТОРЫЕ КЛИЕНТЫ WORLD CLASS ТАК ВДОХНОВЛЯЮТСЯ ЗАНЯТИЯМИ В КЛУБЕ, ЧТО САМИ СТАНОВЯТСЯ ТРЕНЕРАМИ. НАГЛЯДНОЕ ТОМУ ПОДТВЕРЖДЕНИЕ – ИСТОРИИ НАШИХ ТРЕХ ГЕРОЕВ: ИГОРЯ БУЗАЕВА, ЕЛЕНА АСЛЯМОВОЙ И АЙГУЛЬ ШАЙХУЛОВОЙ.**

## **Расскажите, как вы попали в World Class.**

Это одно из добрых дел моих друзей. Они всегда уделяли внимание моему развитию. Часто я обращался к ним, когда был нужен совет знатоков. И конечно, среди фитнес-клубов они выбрали клуб - номер один – World Class.

## **Какую цель вы ставили, когда шли на занятия?**

Первоначальная цель была – здоровье в широком смысле слова. Всемирная организация здравоохранения определила его как «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов». Клубная атмосфера, созданная в World Class, позволяет не только с удовольствием заниматься физической культурой, но и общаться с интересными людьми и совершенствоваться духом.

## **В какой момент пришла мысль стать тренером?**

Я всегда интуитивно чувствовал, что лучший способ научиться чему-то хорошо – научить других. Совсем недавно открыл для себя «пирамиду образования» Эдгара Дейла, который еще в 1969 году пришел к выводу, что тренировать других и использовать немедленно изучаемый материал в собственной жизни – наиболее эффективные способы. Многие увлечения в жизни совмещались с преподаванием: в студенчестве преподавал детям информатику, после института учу студентов хирургии, здесь то же самое. Поэтому сразу, как начал заниматься фитнесом, старался смотреть на вопрос как тренер. Я вижу свою миссию врача не как устранение недугов, а как сохранение здоровья людей, и это один из путей. Профессиональные знания и волевые качества, приобретенные в фитнесе, сейчас мне помогают во врачебной практике.

## **А почему именно Body Combat?**

Он очень подошел мне по характеру. Я это понял уже на своем первом занятии Body Combat. Как кардиолог могу сказать, что это тренировка дает правильную равномерную нагрузку: Body Combat включает и кардио, и силовую часть, и растяжку. Такой гармоничный комплекс хорошо тренирует весь организм, сердечно-сосудистую систему, дает выход эмоциям. Определенно это один из тех видов тренировок, которыми нужно заниматься.

## **Ваши впечатления о клубе изменились после того, как вы стали тренером?**

Если глубоко посмотреть на что угодно, видишь множество деталей, не заметных ранее. Столкнувшись с работой здесь, было интересно увидеть, какими силами дается качество. У дверей клуба, в глазах выходящих, можно увидеть яркую палитру положительных эмоций: счастливое спокойствие, силу, заряд, спортивный задор. Ее краски становятся первыми в картине настроения входящих. Добрые эмоции – результат магии команды World Class. Я начал понимать, что выхожу из клуба здоровый и с хорошим настроением не просто так. Это совместный труд каждого, кто имеет к нему отношение.



**Игорь Бузаев, врач-кардиолог, тренер World Class по Body Combat, в клубе 7 лет**

*Я бесконечно благодарен Рустему Ахметханову и Свете Зайнуллиной, открывшим для меня групповые программы и подтолкнувшим к совершенствованию; Гузель Валиахметовой, вложившей колоссальные усилия в устранение моих недостатков; Лене Жафиковой за пример безупречной техники и профессионализма в гармонии с творчеством, вдохновением и магическим неистовством; Гузель Харисовой, которая делает все для развития клуба, клиентов, сотрудников. Для меня честь называть друзьями этих настоящих, добрых и сильных людей, делающих мир лучше.*

У Ф А



#БУДЬПЕРВЫМ

87.8 FM



Св-во СМИ: Эл № ФС 77 – 52990 от 01.03.2013 г.  
Лицензия на вещание РВ №27822 от 20.05.2016 г.

РЕКЛАМА

**Елена Аслямова, заместитель директора компании «Центр офис», тренер групповой программы Zumba, в клубе 8 лет**

Я с World Class с самого его открытия, то есть уже десять лет. Мы пришли сюда вместе с супругом, а потом привели сюда своих детей и родителей. Честно говоря, World Class поначалу был выбран нами из-за удобного расположения, но со временем это преимущество стало не единственным. С момента своего появления здесь я оценила действительно европейский уровень сервиса. Десять лет назад такое было редкостью. Радует, что клуб продолжает поддерживать свою концепцию.

Особенную роль в жизни нашей семьи сыграл Детский клуб World Class. Многие знаковые события моих детей связаны, например, с Аленой Валирахмановой, которая научила мою дочку читать, или Мариной Сапельниковой, с которой она начала плавать.

Клуб для меня стал особенным местом. Я занималась с Еленой Жариковой, Еленой Козбан и очень ценю их профессиональный, продуманный подход к делу. За эти годы я сблизилась со многими клиентами, подружилась с тренерами, персоналом, приобрела новых друзей и, наконец, сама стала тренером. Вообще я всегда любила спорт и активный образ жизни. С самого детства занималась пятиборьем, гимнастикой, танцами, в свое время даже руководила хореографической студией. Жажда танцевать была всегда, и в World Class она реализовалась в Zumba Fitness®. Мои дети выросли, появилось свободное время, я решила попробовать себя в роли тренера этого интересного направления, которое совмещает в себе танцы и фитнес. Zumba Fitness® заряжает невероятной энергией! Мне безумно нравится то, чем я занимаюсь, и я рада делиться положительным зарядом с другими.

За десять лет World Class достиг значительных высот, но радует, что при этом у клуба большой потенциал. Главное – сейчас не останавливаться, развиваться, идти вперед и постоянно внедрять новое. Желаю World Class быть всегда на высоте!



**Айгуль Шайхулова, артистка балета, в клубе 2 года**

Я стала частью большой дружной семьи World Class два года назад, когда мой старший брат, который уже являлся членом клуба, подарил мне карту сюда. Из многочисленных занятий мой выбор пал на плавание. Я с трех лет профессионально занимаюсь балетом, и бассейн – это единственное место в клубе, где я могу полноценно тренироваться, не перегружаясь. Менеджер водных программ Марина Сапельникова и тренер Тимур Милушкин научили меня плавать и поставили технику. Теперь мне даже делают комплименты: постоянно спрашивают, не занимаюсь ли плаванием профессионально, а я всегда отвечаю: «Нет, это все World Class!»

Идею вести в клубе занятия по балету мне поддал мой друг Игорь Бузаев, поскольку он уже знал, что у меня есть преподавательский опыт. А World Class всегда открыт новому, поэтому уже в январе этого года мы начали уроки. Сейчас я веду направления хореографии и балета в Детском клубе и преподаю для взрослых Пор де бра.

Пор де бра – это авторская программа Владимира Снежика, которая совмещает фитнес и балетные движения. Однако я постаралась доработать урок. Из своего преподавательского опыта я заключила, что неподготовленному человеку, далекому от балета, будет сложно освоить программу в том виде, в котором она представлена. Мой авторский урок – это функциональная фитнес-тренировка, стилизованная под балет. Для того чтобы посещать занятия, не нужно обладать определенной комплекцией и иметь хореографические знания. Урок включает особенный комплекс упражнений, который помогает прочувствовать все мышцы и эффективно проработать их. По сути, Пор де бра оказывает сразу несколько воздействий: статико-динамическую нагрузку, а также хорошую растяжку, ведь урок включает в себя танец, то есть красивые балетные движения. Таким образом, вы танцуете, тренируете свои мышцы и формируете красивую фигуру, а не перекаченное тело. Ко мне на занятия часто приходят те, кто хочет красивую осанку, плавную походку и сильный корпус. И да, тем, кто работает над внутренней поверхностью бедра, тоже ко мне!

**кабинеты:**

**МРТ, КТ, МАММОГРАФИИ**

**прием специалистов:**

**НЕВРОЛОГ**

**ТРАВМАТОЛОГ-ОРТОПЕД**

*Ваше здоровье бесценно,  
информация о нем доступна*

г. Уфа, пр. Октября, 71/1, тел.: (347) 246-03-35, 246-03-40 (круглосуточно),  
тел./факс: (347) 246-03-45, моб.тел. 8-937-36-22-77-2

г. Уфа, Лесной проезд, 3 (ГБУЗ РБ ГКБ №21), тел. (347) 246-77-70, тел./факс: 286-53-39,  
моб.тел. 8-937-15-30-300

Со всей информацией можно ознакомиться на сайте [www ldc ru](http://www ldc ru) или по телефонам центра.

РАБОТАЕМ БЕЗ ПЕРЕРЫВА И ВЫХОДНЫХ С 6:00 ДО 03:00

**В ЦЕНТРЕ ДЕЙСТВУЕТ ЕЖЕДНЕВНАЯ СИСТЕМА СКИДОК**



«САМОЕ ВРЕМЯ  
ОТОРВАТЬСЯ  
ОТ ЗЕМЛИ!» –  
РЕШИЛИ ТРЕНЕРЫ  
ГРУППОВЫХ  
ПРОГРАММ  
WORLD CLASS  
УФА И ПОВИСЛИ  
НА ГАМАКАХ. ВСЕ  
ЖЕЛАЮЩИЕ МОГУТ  
ПРИСОЕДИНИТЬСЯ.

# ПИЛАТЕС И СТРЕТЧИНГ В ГАМАКАХ

Парить в воздухе, чувствовать себя практически воздушным гимнастом, ощущать легкость и невероятную радость, как в детстве во время катаний на качелях, – если вы соскучились по новым эмоциям, то вам определенно нужно на «Пилатес и стретчинг в гамаках». Причем программа богата не только на интересные и непередаваемые ощущения. Зависать в одном положении точно не придется, ведь занятие включает целый комплекс упражнений с элементами пилатеса и стретчинга. Вас поразят безграничные возможности, казалось бы, простого гамака.

«Пилатес и стретчинг в гамаках» – отличное решение для тех, кто ведет малоподвижный сидячий образ жизни, часто сутулится и жалуется на боли в пояснице. За счет мягкой, плавной нагрузки, программа поможет эффективно разгрузить позвоночный столб, улучшить гибкость и координацию, избавиться от скованности в суставах и

напряжения в мышцах. Кстати, занятие обеспечивает хорошую, качественную растяжку, а это в свою очередь отличный способ восстановиться после интенсивных силовых тренировок.

Для максимальной пользы и удовольствия занятия проходят в виде персонального тренинга или работы в мини-группах.

*Персональные тренеры, прошедшие обучение и сертификацию по данной программе: Ольга Кононова, Елена Жарикова, Гузель Валиахметова, Диана Рекстин, Екатерина Шатунова, Елена Зиангирова, Елена Хомуткова, Роксана Кондакчян, Мария Гаврилова, Рузанна Фахрутдинова, Вера Таланова.*

**Занятия в гамаках проводят не только для взрослых, но и для детей. На тренировки по «Йоге в гамаках» приглашаются дети от трех лет.**



# ТРИУМФ КРАСОТЫ И ЗДОРОВЬЯ

ГОВОРЯТ, ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ ЖЕНЩИНЫ – БЫТЬ КРАСИВОЙ И СОЗДАВАТЬ КРАСОТУ ВОКРУГ СЕБЯ. С ЭТОЙ МИССИЕЙ УСПЕШНО СПРАВЛЯЕТСЯ ГЛАВНЫЙ ВРАЧ «КЛИНИКИ ЭСТЕТИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ», ЧЛЕН КЛУБА WORLD CLASS **ЕЛЕНА КУРАМШИНА**, И МЫ СПРОСИЛИ У НЕЕ, КАК ЕЙ ЭТО УДАЕТСЯ.

---

## Расскажите, как спорт пришел в вашу жизнь.

В четыре с половиной года меня привели в уфимский Дворец спорта на фигурное катание. Возможно, это и было первое приобщение к спорту. Но надо понимать, что фигурное катание, если им заниматься серьезно, бесцеремонно посягает на все свободное время. Это и огромная жертва родителей. Маме совмещать работу с подобным увлечением ребенка, скорее всего, не удастся. Даже в таком юном возрасте у нас было по пять тренировок в неделю, и начинались они ежедневно в семь часов утра.

## Какую цель вы перед собой ставили, когда только начинали заниматься?

Больших целей по достижению Олимпа не предполагалось, а вот приучить меня к дисциплине и здоровому образу жизни (в том числе благодаря спорту) получилось. Сегодня здоровый образ жизни – это уже не цель, а стиль жизни на протяжении многих лет. Это лучшее, что может дать спорт. И я очень рада, что на сегодняшний день у меня есть возможность придерживаться его благодаря фитнесу. Без сомнения, фитнес-клуб №1 – это World Class.

## Из чего сегодня состоят ваши занятия? Какие направления вы выбираете?

Пока я больше предпочитаю кардио- и силовые тренировки. Возможно, с течением времени что-нибудь изменится. Я не могу похвастаться частыми посещениями тренировок, но стараюсь заниматься регулярно. Только систематический подход дает великолепные результаты. Уверена, что работа с персональным тренером всегда повышает эффективность. Профессионал может грамотно составить программу занятий и подобрать необходимые нагрузки лично для меня.



## Специалисты утверждают, что фитнес без правильного питания неэффективен. Вы придерживаетесь этих правил?

Конечно. Правильное питание – это одна из основных составляющих успеха на пути к формированию гармоничного облика. Невозможно заниматься спортом и не придерживаться его.

## Как спорт влияет на вашу жизнь?

Спорт дисциплинирует, помогает формировать силу воли, поддерживает постоянно в тонусе тело и повышает настроение.



Реклама

# УЛЫБКА высшей пробы

*Сохранить зубы в идеальном состоянии сложно – пища и напитки с красящими пигментами, а также вредные привычки портят цвет эмали. Но в Клинике эстетической стоматологии «Галадент» знают, как добиться белоснежной улыбки в два счета, в этом поможет уникальная технология отбеливания ZOOM 4 White Speed.*

Отбеливание зубов с помощью системы ZOOM 4 White Speed – это новейшая технология, которая позволяет сразу увидеть разницу до проведения процедуры и после нее. Специалисты компании Philips усовершенствовали систему отбеливания, сделав ее еще более щадящей, безопасной и эффективной.

Теперь отбеливающая лампа имеет холодный светодиодный источник света, что полностью исключает перегрев тканей зуба и десен.

Отбеливание системой ZOOM 4 White Speed проходит за одно посещение врача. С помощью данной методики пациент может осветлить зубы на восемь-одиннадцать тонов и сделать это совершенно безопасно и абсолютно безболезненно. После двухчасовой процедуры пациент получает ослепительно белоснежную улыбку на зависть всем звездам Голливуда. Эффект можно сохранить на три-пять лет. ZOOM 4 White Speed имеет самую низкую концентрацию перекиси водорода в сравнении с другими системами – 25%. Отбеливающий агент не портит эмаль, а наоборот, укрепляет ее за счет компонентов, снижающих чувствительность.



“

*ZOOM 4 White Speed –  
последнее поколение  
знаменитой  
системы  
отбеливания Zoom*



**ГАЛАДЕНТ®**  
КЛИНИКА ЭСТЕТИЧЕСКОЙ СТОМАТОЛОГИИ

г. Уфа, ул. Российская, 94, корпус 2  
тел. 277-17-19  
[www.galadent.ru](http://www.galadent.ru)

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. НЕОБХОДИМА КОНСУЛЬТАЦИЯ СПЕЦИАЛИСТА

## ГИДРОЦИКЛЫ



## ДЕЛЬТАЛЕТ



## КАТЕРА



## КВАДРОЦИКЛЫ



## СНЕГОХОДЫ



## КАТАМАРАНЫ



## ДОМА



## НОМЕРА



## ДЕТСКАЯ ПЛОЩАДКА



БРОНИРОВАНИЕ  
8-967-731-31-31

[usadbaualberta.ru](http://usadbaualberta.ru)

 [u\\_alberta](https://vk.com/u_alberta)  [u\\_alberta](https://www.instagram.com/u_alberta)

## БАССЕЙН



## РЕСТОРАН



## ПЛАВДОМ



## САУНА



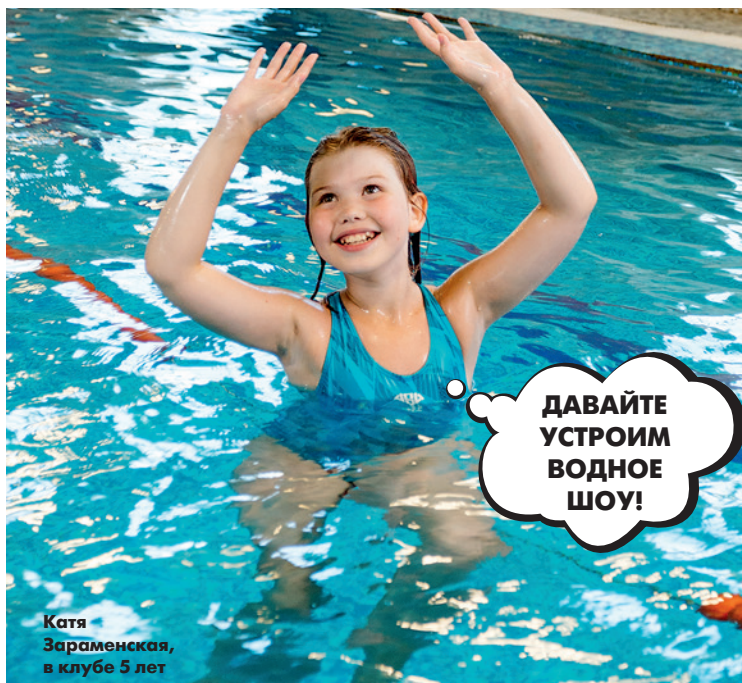
# ПОКОЛЕНИЕ WORLD CLASS

*ОДНИ ИЗ САМЫХ ПРЕДАНЫХ ФАНАТОВ WORLD CLASS УФА – ЭТО ЕГО ЮНЫЕ КЛИЕНТЫ. ЗА ДЕСЯТЬ ЛЕТ КЛУБ ВОСПИТАЛ НЕ ОДНО ПОКОЛЕНИЕ РЕБЯТ. МНОГИЕ ДЕТКИ НЕ ПРОСТО РЕГУЛЯРНО ЗДЕСЬ ЗАНИМАЮТСЯ, НО И ПРАКТИЧЕСКИ ВЫРОСЛИ НА ГЛАЗАХ ТРЕНЕРОВ ДЕТСКОГО КЛУБА. ТЕМ РАДОСТНЕЕ НАБЛЮДАТЬ ЗА ИХ ДОСТИЖЕНИЯМИ.*

**Ирина Тарзими́на, мама Кати,  
в клубе 8 лет**

*Мы определенно спортивная семья, ведь ходим в World Class все вместе!*

*А для старшей дочери Кати это просто второй дом. Когда она была младше, проводила здесь большую часть дня. Сейчас дочь продолжает активно посещать занятия Детского клуба, но особенно ей нравятся танцы и плавание. На персональные занятия в бассейн мы отдали ее четыре года назад. Тогда Катя практически не умела плавать. Сейчас она делает заметные успехи: уже практикует все стили плавания. И еще очень здорово, что дочь стала объединять два своих любимых увлечения: танцы и плавание. Теперь Катя самостоятельно танцует в воде, выполняет различные движения и фигуры. В общем, как настоящая синхронистка!*



**ДАВАЙТЕ  
УСТРОИМ  
ВОДНОЕ  
ШОУ!**

**Катя  
Зараменская,  
в клубе 5 лет**

**«ПОПРОБУЙ,  
ДОГОНИ!»**



**Ринат  
Мурсалимов,  
в клубе 1 год**

**Фаниль Мурсалимов, папа Рината,  
в клубе 10 лет**

*У сына в World Class такая интересная, насыщенная жизнь, что я сам иногда ему завидую. Хотя это все неудивительно, ведь он ходит на всевозможные физкультурные и развивающие занятия в Детский клуб, дополнительно занимается плаванием. Ринат – универсал, у него все хорошо получается: и на роликах катается, и плавает, и бегают, говорят, быстро. И главное – все ему нравится, поэтому не хочется нам его отдавать в спортивные секции. Зачем? По-моему, физкультура важна для общего развития, незачем отдавать приоритет какому-то конкретному виду спорта, важно здоровье. И мне кажется такое воспитание правильным. Физкультура с раннего детства закладывает фундамент для будущих побед и просто помогает в жизни.*

## WOW-ТЕХНОЛОГИЧНЫЕ КВЕСТЫ

«Ограбление мафиози»  
VIP-квест «Кража Фаберже»  
«Гарри Поттер.  
Дары смерти»  
«Игра престолов.  
Железный трон»

«Космический корабль.  
Чужой»  
«Валл-И. Спасение Земли»  
«Интервью с вампиром»  
«Алькатрас. 2.0»  
«Команда «Альфа»»

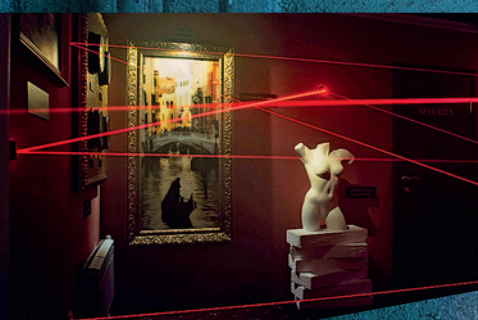
# НЕ СТАНДАРТНЫЕ КОРПОРАТИВЫ



\* КВЕСТЫ ДЛЯ  
КОМПАНИЙ  
ДО 40 ЧЕЛОВЕК

\* ОДНОВРЕМЕННАЯ  
ИГРА ВО ВСЕХ  
КВЕСТ-КОМНАТАХ

\* БАНКЕТ ИЛИ  
ФУРШЕТ В КАФЕ  
НА ТЕРРИТОРИИ  
«ОБЛАКОВ»  
ПОСЛЕ ИГРЫ



**ИГРЫ РАЗУМА**  
КВЕСТЫ В РЕАЛЬНОСТИ

ул. Бакалинская, 3 в ЦСИ «Облака», тел. 299-32-31

[mgameufa.ru](http://mgameufa.ru)



**Александра  
Бакулина,  
в клубе  
2 года**

**Валентина Бакулина, мама Александры,  
в клубе 8 лет**

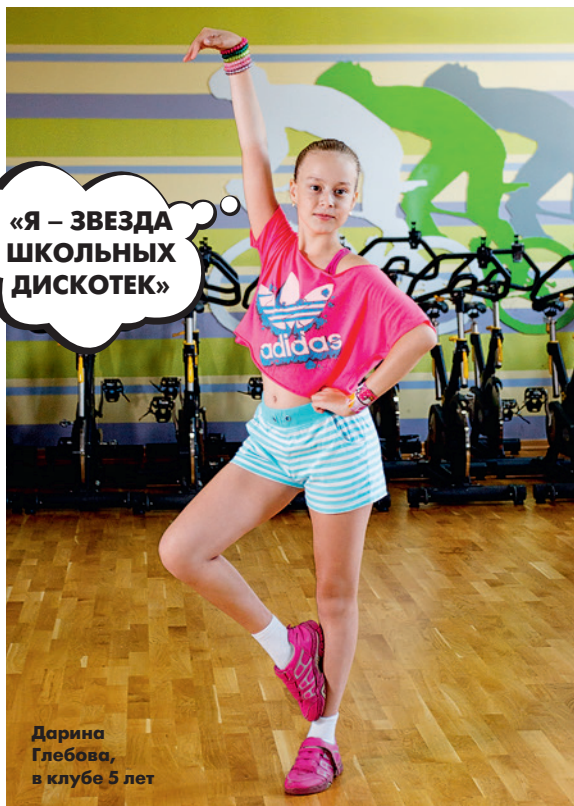
Наша большая семья Бакулиных всем составом посещает World Class. Со многими членами клуба мы знакомы, со многими дружим. Я сама давно занимаюсь в World Class и даже во время беременности не прекращала занятия фитнесом. Когда Саше исполнилось шесть месяцев, мы уже вместе с ней начали плавать. Можно сказать, она всю свою жизнь член клуба World Class!

Нашей Сашеньке сейчас пять с половиной лет. Как и любые родители, мы хотим видеть своего ребенка здоровым и счастливым, поэтому с первых дней стараемся прививать дочери осознанное отношение к правильному питанию и здоровому образу жизни. В отличие от многих сверстников, она активный противник фаст-фуда и знает, что такое канцерогены и как они вредны и опасны. Кроме того, она регулярно занимается спортом: ходит на танцевальный урок Zumba и хореографию, но одно из ее любимых занятий – это Йога Флай. Обычная йога ей была не так интересна, а увидев в расписании новинку, мы решили попробовать. Теперь это ее любимый урок, и самое главное, что за короткое время она добилась отличных результатов!

**Светлана Галлямова, мама Дарины,  
в клубе 6 лет**

Дарина занимается в клубе уже полжизни – целых пять лет. Изначально мы ее привели сюда для того, чтобы обеспечить гармоничное физическое развитие и укрепить здоровье. Она посещает сразу несколько направлений, но большее предпочтение отдает танцам. Мне кажется, именно занятия по хореографии в World Class дали толчок к дальнейшим успехам дочери в этой стезе. Сегодня она не только принимает участие во всех мероприятиях фитнес-клуба, снимается в клипах, но и является солисткой в детской академии танца при Башкирской государственной филармонии имени Хусаина Ахметова. Три года подряд Дарина становилась призером конкурса-фестиваля «Звезды гимназии» в категории «Хрустальная туфелька».

Мы с дочерью настоящие фанаты World Class и считаем его лучшим в городе! Здесь всегда легкая атмосфера, хорошие тренеры. Кроме того, World Class не стоит на месте. Здесь постоянно придумывают что-то новое, интересное, и это касается не только фитнес-программ. Например, с командой клуба в прошлом году мы покоряли гору Ирмель, а в этом сплавились по реке Юрюзань. Я рада, что дочери здесь по-настоящему нравится. Но это и неудивительно: у нее в World Class много друзей, любимые тренеры и множество интересных развлечений.



**Дарина  
Глебова,  
в клубе 5 лет**



ПЕРВАЯ  
КУЛИНАРНАЯ КНИГА  
ОТ «УФА.СОБАКА.RU»

ЗАКАЖИ СВОЙ ЭКЗЕМПЛЯР ПО ТЕЛ. 293-53-25



### Что собой представляет ваша школа?

Наша задача – сделать из студентов хороших дизайнеров, которые потом смогут полноценно творить и работать. Для этого мы предлагаем обучение европейского уровня. Наши ученики будут заниматься по итальянским методикам и пособиям. Преподаватели школы Софья Сяндюкова и Ирина Варфоломеева – специалисты с высшим образованием. Они прошли обучение в главном офисе, в Италии.

Каждый ученик может выбрать подходящий для себя график. Мы предлагаем разные варианты. Например, на занятиях можно находиться целый день. В таком случае обучение длится год. Те, кто посещают уроки в конкретное время по утрам или вечерам, учатся два года. А еще человек может платить поурочно и приходить, когда есть время, и по прохождению необходимого количества занятий получает диплом.

### Какие особенности у программы?

Мы делаем основной упор на практику. Ученики будут создавать скетчбуки, конструировать и шить одежду, выполнять задания и получать оценки. По итогам пройденного курса студентов ждет финальный показ, на котором необходимо представить свою коллекцию. Принимать работу будет специальная комиссия. В ее составе, возможно, будут представители главного офиса из Италии. Кроме того, я лично буду контролировать процесс, устраивать видеоконференции, а также отправлять последнюю периодику из Милана. Дело в том, что настоящие дизайнеры создают коллекции на два года вперед. Мы будем работать по такому же принципу. Вышедшие коллекции нам не интересны, это вчерашний день.

### А стажировки в Италии будут?

Несомненно! Сами студенты могут приехать в любое время в Милан, чтобы поучиться неделю или месяц в Istituto di Moda Burgo. А если завершить обучение там, например, в последний месяц курса, то диплом будет итальянским. Еще один приятный бонус – все студенты, даже не окончившие школу в Уфе, имеют право участвовать в итоговом показе миланского института. Несмотря на то, что показ школьный, на него часто приходят знаменитости. Мне кажется, это хороший шанс засветиться.

### Есть ли еще какие-то условия, о которых должны знать абитуриенты?

Интенсивное обучение в течение года стоит 25 тысяч рублей в месяц, два года – 15 тысяч, один урок длительностью четыре часа – 700 рублей. Занятия начнутся с сентября, но присоединиться можно в любое время. Возраст и базовые знания значения не имеют. Человека, который не обучался дизайну, не придется переучивать, так даже проще.

# ПОГРУЖЕНИЕ В МОДУ

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ МОДЕЛЬЕР **ГУЛЬНАРА ВАХИТОВА** ОТКРЫВАЕТ В УФЕ ШКОЛУ ИТАЛЬЯНСКОЙ МОДЫ, КОТОРАЯ СТАНЕТ ПЕРВЫМ И ПОКА ЕДИНСТВЕННЫМ В РОССИИ ФИЛИАЛОМ ИТАЛЬЯНСКОГО ИНСТИТУТА МОДЫ ISTITUTO DI MODA BURGO.

**У** меня огромный опыт в модной индустрии, и я сама являюсь выпускницей Istituto di Moda Burgo. Директор этого учебного заведения Фернандо Бурго как-то сказал: «Ни одна ученица нашей школы из России не открыла филиала в своей стране, потому что все вышли замуж в Италии и остались здесь». Я на самом деле тоже вышла замуж там, но мне удалось первой из всех моих соотечественниц открыть представительство в России. Это будет официальный филиал Istituto di Moda Burgo, и на это уже получено соответствующее разрешение.

ISTITUTO  
di  
*Moda*  
BURGO

г. Уфа, ул. Коммунистическая, 116  
тел.: +79174250351,  
+79174721985, +79177873100,  
[www.modaburgo.ru](http://www.modaburgo.ru)

# НОВАЯ КОЛЛЕКЦИЯ TELAMOR

Fabrica  
**FA.DE**  
Decora

ОФИС И ШОУ-РУМ ДЛЯ  
КОРПОРАТИВНЫХ КЛИЕНТОВ  
ул. Сочинская, 15/1, «Фабрика  
Декора FA.DE»  
тел./ф. [347] 256-15-91,  
8-917-4076261, 8-917-7959279  
Время работы: 10:00-19:00, пн.-пт.

СТУДИЯ ДЕКОРА ДЛЯ ЧАСТНЫХ  
КЛИЕНТОВ  
ул. Менделеева, 158,  
ВДНХ, «Студия Декора»  
тел.: [347] 285-85-50, 8-917-3834330  
Время работы: 10:00-20:00,  
без перерыва и выходных

# WORLD CLASS: ЯРКИЕ МОМЕНТЫ



Церемония официального открытия  
Клуба World Class Уфа, 2006 г.



Визит Оскара Кучера в  
World Class Уфа, 2013 г.



Встреча ветеранов Великой  
Отечественной войны, 2012 г.



Братья Запашные  
в World Class Уфа,  
2012 г.



Fitness night, 2015 г.



Соревнования  
по водному поло,  
2010 г.



Спартакиада  
банка Уралсиб  
2011 г.

Велотур на водопад  
Гадельша, 2009 г.

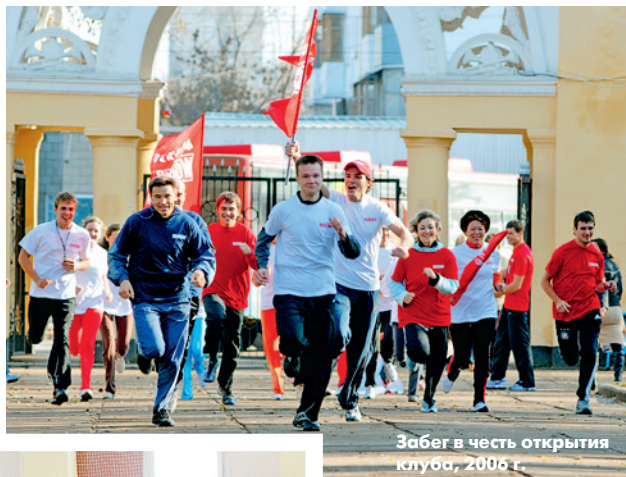


Празднование  
Нового, 2016, года.





Сплав по реке  
Юрюзань, 2016 г.



Забег в честь открытия  
клуба, 2006 г.



Регата в Черногории, 2013 г.



Сдача норм ГТО, 2015 г.



Детский Новый год, 2011 г.



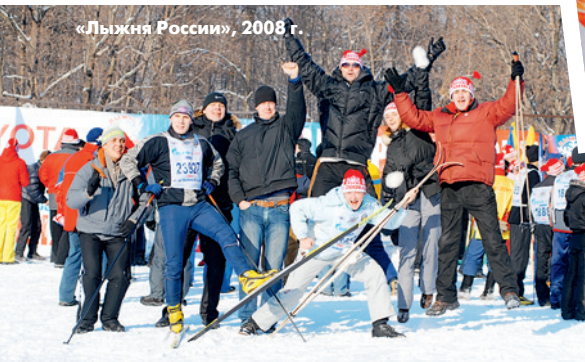
Фестиваль экстремальных  
видов спорта, 2008 г.



Костюмированное шоу  
«Новогодний дозор»,  
2006 г.



Забег в платьях,  
2016 г.



«Лыжня России», 2008 г.



Сплав по реке  
Зилим, 2012 г.



## Путешествие по реке

Команда World Class 3 июля отправилась в увлекательный, захватывающий сплав по одной из красивейших рек Южного Урала – Юрюзань. Величественные скалы, таинственные густые леса, чистый воздух и вода – живописные пейзажи никого не оставили равнодушным. Туристы сплавили три дня на шестиместных катамаранах, ночевали в палатках, купались в горной реке и парились в настоящей туристической бане! Путешествие дополнила тренировка Body Balance на свежем воздухе, которая придала новых сил и дала заряд положительных эмоций всем участникам.





*Вкусы энергию природы!*

## КОПЧЕНЫЕ ДЕЛИКАТЕСЫ И ЗАМОРОЖЕННЫЕ ПОЛУФАБРИКАТЫ ИЗ МЯСА ДИКИХ ЖИВОТНЫХ

**МЯСО КОСУЛИ • КАБАНА • ОЛЕНЯ • МЕДВЕДЯ • ЛОСЯ • ФАЗАНА • КУРОПАТКИ • ПЕРЕПЕЛА,  
А ТАКЖЕ ОТБОРНАЯ БАШКИРСКАЯ КОНИНА**



*Вся продукция добыта по лицензиям в открытые для охоты периоды в Республике Башкортостан и проходит обязательную проверку в лаборатории.*

**• СОБСТВЕННОЕ ПРОИЗВОДСТВО • НАТУРАЛЬНАЯ ДИЕТИЧЕСКАЯ ПРОДУКЦИЯ • ОТСУТСТВИЕ ГОРМОНОВ И АНТИБИОТИКОВ**

*Заказ доставки и рецепты приготовления на [УЖИНОХОТНИКА.РФ](http://uzhinohotnika.ru)  
тел. 298-66-86, [B uzhinohotnika](https://www.instagram.com/uzhinohotnika), [© uzhinohotnika](https://www.facebook.com/uzhinohotnika)*

## Виды работ:

- Кузовной ремонт любой сложности
- Восстановление геометрии кузова
- Ремонт и покраска бамперов
- Профессиональная покраска всего автомобиля
- Полировка автомобиля
- Полировка и покраска фар
- Замена и ремонт автостекол
- Профессиональный подбор и быстрая доставка запчастей



**GARAGE# 5**

КУЗОВНОЕ АТЕЛЬЕ

г. Уфа, ул. Комсомольская, 2  
тел. (347) 200 07 05  
[www.garage5.su](http://www.garage5.su)

# LEXUS LX

## ВАШЕ ПОЛОЖЕНИЕ ГОВОРИТ ОБ УСПЕХЕ



### ТЕПЕРЬ С ДИЗЕЛЬНЫМ ДВИГАТЕЛЕМ 4,5 л\*

Побеждать, чтобы быть на высоте. Или быть на высоте, чтобы всегда побеждать. Для тех, кто за рулем абсолютно нового Lexus LX, положение определяет не порядок слов, а уровень возможностей. Легендарный внедорожник Lexus LX в новом, как никогда роскошном воплощении способен на многое. Ультрасовременная роскошь его интерьера приводит в восхищение самых искушенных. Впечатляющая мощь его нового дизельного двигателя покоряет самых неприступных. С абсолютно новым Lexus LX грандиозный успех становится вашим привычным положением всегда и везде.



**ЛЕКСУС – УФА**  
ПР-Т.С. ЮЛАЕВА, 26

**(347) 246-3000**  
**WWW.LEXUS-UFA.RU**