

**КАРДИО ТЕРЕТАНА**

Понедељак, уторак, среда,  
четвртак, петак, и субота

**од 07.00 до 21.00**

1 термин: 486,00 дин.  
12 термина: 3.780,00 дин.  
Годишња карта: 33.264,00 дин.

чланска карта важи 30 дана од дана  
издавања.  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

**КАРДИО ТЕРЕТАНА - БАЗЕН**

**Кардио теретана**

**Базен-сауна**

Понедељак	07.00 - 21.00	07.00 - 10.00, 11.00 - 18.00
Уторак	07.00 - 21.00	07.00 - 10.00, 12.00 - 18.00
Среда	07.00 - 21.00	07.00 - 10.00, 12.00 - 18.00
Четвртак	07.00 - 21.00	07.00 - 19.00
Петак	07.00 - 21.00	07.00 - 10.00, 11.00 - 18.00
Субота	07.00 - 21.00	10.00 - 13.00

1 термин: 1.020,00 дин.  
12 термина: 7.344,00 дин.      Годишња карта: 62.900,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у теретани у трајању од 60 мин.) (1 термин базен и сауна у трајању од 60 мин.)

**КОРЕКТИВНИ ПРОГРАМ  
У ТРИМ КАБИНЕТУ**

Понедељак 10.00  
Среда 10.00  
Петак 10.00

1 термин: 594,00 дин.  
8 термина: 3.888,00 дин.  
12 термина: 4.536,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

Професор Велимир Вулетић  
Професор Милица Симић

**БИЗНИС ПАКЕТ 1**

**Теретана**

**Базен-сауна**

Понедељак	од 7.00 до 12.00	7.00 - 10.00, 11.00 - 12.00
Уторак	од 7.00 до 12.00	7.00 - 10.00
Среда	од 7.00 до 12.00	7.00 - 10.00
Четвртак	од 7.00 до 12.00	7.00 - 10.00
Петак	од 7.00 до 12.00	7.00 - 10.00, 11.00 - 12.00

1 термин: 810,00 дин.  
12 термина: 4.420,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у теретани у трајању од 60 мин.)  
(1 термин базен и сауна у трајању од 60 мин.)

**ИНДИВИДУАЛНИ ТРЕНИНГ  
ОДРАСЛИ**

Понедељак, уторак, среда,  
четвртак, петак, и субота.

1 термин: 2.160,00 дин.  
8 термина: 15.120,00 дин.  
12 термина: 19.440,00 дин.

Заказивање термина у договору са  
професором или физиотерапеутом.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

**ВОЂЕНИ ТРЕНИНГ**

Понедељак, уторак, среда,  
четвртак, петак, и субота.

1 термин: 1.080,00 дин.  
8 термина: 7.020,00 дин.  
12 термина: 9.180,00 дин.

Заказивање термина у договору са  
професором или физиотерапеутом.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

**ЕМС  
КОМБИНОВАНИ ТРЕНИНГ**

Понедељак - Субота

8+4 термина: 16.740,00 дин.

Чланска карта обухвата 8 термина  
ЕМС тренинга у трајању од по 20  
минута и 4 термина Индивидуалног  
тренинга - одрасли у трајању од по  
60 минута.

Заказивање термина у договору са  
професором или физиотерапеутом.

(чланска карта важи 30 дана)

**ЕМС ТРЕНИНГ**

Понедељак - Субота

1 термин: 1.566,00 дин.  
8 термина: 11.664,00 дин.  
12 термина: 14.364,00 дин.

Заказивање термина у договору са  
професором или физиотерапеутом.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 20 мин.)

**ЕМС ПЛУС**

Понедељак - Субота.

12 термина: 23.544,00 дин.

Чланска карта обухвата ЕМС  
тренинг у трајању од 20 минута и  
Индивидуални тренинг – одрасли у  
трајању од 30 минута по термину,

Заказивање термина у договору са  
професором или физиотерапеутом.

(чланска карта важи 30 дана)

**СТАРИЈА ЛИЦА  
ВЕЖБЕ У САЛИ**

Понедељак	9.00, 11.00
Уторак	11.00
Среда	9.00, 11.00
Четвртак	11.00
Петак	9.00, 11.00

1 термин: 540,00 дин.  
12 термина: 3.240,00 дин.  
(чланска карта важи 45 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)  
Професор Дејана Цалић  
Професор Велимир Вулетић  
Професор Марија Гргуревић

Лица са навршених 60 година  
живота.

**КАРДИО ТЕРЕТАНА  
СТУДЕНТИ и  
СРЕДЊОШКОЛЦИ**

Понедељак, уторак, среда,  
четвртак, петак, и субота

**од 07.00 до 21.00**

1 термин: 406,00 дин.  
12 термина: 2.236,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

Обавезан индекс или ђачка  
књижица.

Лица до навршених 30 година  
живота.

**ЗОНА II****ФИТНЕС ПРОГРАМИ****BODY FORMING**

Понедељак	16.15
Уторак	15.00
Среда	16.15
Четвртак	15.00
Петак	16.15

1 термин: 778,00 дин.  
8 термина: 4.255,00 дин.  
12 термина: 4.968,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана )  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

Професор Милица Симић

**КАЛЕНЕТИКС МИКС**

Понедељак	20.00
Среда	20.00
Петак	20.00

1 термин: 622,00 дин.  
8 термина: 4.044,00 дин.  
12 термина: 4.664,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана )  
Инструктор Данијела Грубић  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

**ПИЛАТЕС**

Уторак	19.00
Четвртак	19.00
Субота	12.00

1 термин: 778,00 дин.  
8 термина: 4.255,00 дин.  
12 термина: 4.968,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана )  
Инструктор Александра Бојанић  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

**ПЛЕС**

Среда	од 19.00 до 22.00
Петак	од 19.00 до 22.00

1 термин: 756,00 дин.  
8 термина: 4.320,00 дин.  
12 термина: 5.400,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
Инструктор Александар Аничич  
(1 термин у трајању од 180 мин.)

**ЈОГА**

Понедељак	од 18.15 до 19.30
Четвртак	од 17.45 до 19.00

1 термин: 756,00 дин.  
8 термина: 3.240,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана )  
Програм води Биљана Стојановић  
(1 термин у трајању од 75 мин.)

**РЕЛАКСАЦИЈА**

Среда	од 17.45 до 18.45
-------	-------------------

1 термин: 756,00 дин.  
4 термина: 1.620,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана )  
Програм води Биљана Стојановић  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

**PIILATES & JOGA**

Понедељак	07.30
Петак	07.30

1 термин: 778,00 дин.  
8 термина: 4.255,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

Инструктор Александра Бојанић.

**ЗДРАВСТВЕНО КОРЕКТИВНО  
ВЕЖБАЊЕ**

Понедељак	12.00
Среда	12.00
Петак	12.00

1 термин: 486,00 дин.  
12 термина: 4.320,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

Програм реализују физиотерапеути  
Сања Арсенијевић  
Снежана Коруновски

**БАЗЕН И САУНА (БС)**

**ТЕРМИНИ ЗА ГРАЂАНСТВО:**

Понедељак	07.00 - 10.00, 11.00 - 18.00
Уторак	07.00 - 10.00, 12.00 - 18.00
Среда	07.00 - 10.00, 12.00 - 18.00
Четвртак	07.00 - 10.00, 12.00 - 16.00, 17.00 - 18.00
Петак	07.00 - 10.00, 11.00 - 18.00
Субота	10.00 - 13.00
Недеља	не ради

1 термин: 810,00 дин.                      5 термина: 3.330,00 дин.  
 10 термина: 5.400,00 дин.                Годишња карта: 50.294,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)      (1 термин у трајању од 60 мин.)

**БИЗНИС ПАКЕТ 2**

Понедељак	07.00 - 10.00, 11.00 - 12.00
Уторак	07.00 - 10.00
Среда	07.00 - 10.00,
Четвртак	07.00 - 10.00
Петак	07.00 - 10.00, 11.00 - 12.00

1 термин: 650,00 дин.  
 5 термина: 2.050,00 дин.  
 10 термина: 3.780,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
 (1 термин у трајању од 60 мин.)

**ХИДРО-КИНЕЗИ  
 ТЕРАПИЈА ЗА ОДРАСЛЕ**

Уторак	11.00, 19.00
Четвртак	11.00, 19.00
1 термин:	700,00 дин.
6 термина:	3.456,00 дин.
12 термина:	5.313,00 дин.

(чланска карта са 6 термина важи 30 дана а са 12 термина важи 45 дана)  
 (1 термин у трајању од 60 мин.)

Програм реализују физиотерапеути.  
 Сања Арсенијевић  
 Снежана Коруновски

**БАЗЕН СТАРИЈА ЛИЦА**

Понедељак	од 9 до 10, од 12 до 13
Уторак	од 9 до 10, од 12 до 13
Среда	од 9 до 10, од 12 до 13
Четвртак	од 9 до 10, од 12 до 13
Петак	од 9 до 10, од 12 до 13

1 термин: 540,00 дин.  
 12 термина: 3.240,00 дин.

(чланска карта важи 45 дана)  
 (1 термин у трајању од 60 мин.)

Лица са навршених 60 година живота.

**БАЗЕН  
 СТУДЕНТИ И СРЕДЊОШКОЛЦИ**

Сви термини  
**СЛОБОДНОГ ПЛИВАЊА**  
 (термини за грађанство)

1 термин: 540,00 дин.  
 12 термина: 3.240,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
 (1 термин у трајању од 60 мин.)

Обавезан индекс или ђачка  
 књижица.

Лица до навршених 30 година живота.

**ОБУКА ПЛИВАЊА  
 ЗА ОДРАСЛЕ**

Понедељак:	средња група 19.00 и напредна група 21.00
Уторак:	почетна група 10.00 и 18.00
Среда:	средња група 19.00 и напредна група 21.00
Четвртак:	почетна група 10.00 и 18.00
Петак:	средња група 19.00 и напредна група 21.00
Субота:	почетна група 09.00

\* Од 11.12.2024. до 15.01.2025. укида се термин од 21.00.

\*Први долазак обавезан у почетну групу.

8 термина: 5.313,00 дин  
 12 термина: 7.344,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана) (1 термин у трајању од 60 мин.)

Професор: Милина Стевановић, Велимир Вулетић

**ИНДИВИДУАЛНА  
 ОБУКА ПЛИВАЊА  
 - ОДРАСЛИ**

Заказивање термина у договору  
 са професором.

1 термин: 2.590,00 дин.  
 8 термина: 17.280,00 дин.  
 12 термина: 23.760,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
 (1 час у трајању од 60 мин.)

**ИНДИВИДУАЛНИ  
 ТРЕНИНГ У БАЗЕНУ**

Заказивање термина у договору са  
 професором или физиотерапеутом

1 термин: 2.590,00 дин.  
 8 термина: 17.280,00 дин.  
 12 термина: 23.760,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
 (1 час у трајању од 60 мин.)

**ПИЛАТЕС + АКВАБИК**

Пилатес	Аквабик
Уторак 19.00	Уторак 20.00 и 21.00
Четвртак 19.00	Четвртак 20.00 и 21.00
Субота 12.00	Субота 13.00

12 термина: 5.560,00 дин. (важи 30 дана)  
 16 термина: 6.480,00 дин. (важи 45 дана)

(1 термин у трајању од 60 минута)

Инструктор Александра Бојанић

**АКВАБИК**

Уторак	20.00 и 21.00
Среда	10.00
Четвртак	20.00 и 21.00
Субота	13.00

1 термин: 970,00 дин.  
 8 термина: 4.640,00 дин.  
 12 термина: 5.940,00 дин.

(чланска карта важи 37 дана)  
 (1 термин у трајању од 60 мин.)

Инструктор: Александра  
 Бојанић

## МАСАЖЕ

Назив масаже	трајање	Цена
<b>РУЧНЕ МАСАЖЕ</b>		
Релакс комплетна масажа – 1 термин	45 мин	2.700,00
Релакс комплетна масажа – 10 термина	45 мин	23.760,00
Релакс парцијална масажа – 1 термин	30 мин	1.998,00
Релакс парцијална масажа – 10 термина	30 мин	17.928,00
Шведска масажа – 1 термин	45 мин	2.862,00
Шведска масажа – 10 термина	45 мин	24.840,00
Масажа врата–мини антистрес масажа	7 мин	486,00
Масажа стопала	30 мин	1.598,00
Масажа стопала – 4 термина	30 мин	5.184,00
Масажа лица и деколтеа	20 мин	1080,00
Лимфна дренажа	30 мин	1.782,00
Лимфна дренажа – 4 термина	30 мин	5.616,00
<b>ХИДРО МАСАЖЕ</b>		
Хидро масажа	30 мин	1.728,00
Хидро масажа 4 термина	30 мин	6.048,00
Хидро масажа 10 термина	30 мин	15.120,00
<b>АНТИЦЕЛУЛИТ МАСАЖЕ</b>		
Антицелулит ручна масажа – 1 термин	30 мин	1.998,00
Антицелулит ручна масажа – 10 термина	30 мин	17.928,00
Антицелулит масажа – оклагјама – 1 термин	45 мин	2.138,00
Антицелулит масажа – оклагјама – 10 термина	45 мин	19.244,00
Хидро антицелулит масажа	30 мин	1.728,00
Хидро антицелулит масажа 4 термина	30 мин	6.048,00
Хидро антицелулит масажа 10 термина	30 мин	15.120,00

- Чланска карта са 10 термина важи 75 дана од дана издавања.  
 - Чланска карта са 4 термина важи 45 дана од дана издавања.  
 Обавезно заказивање на инфо пулту или на телефоне: 011 2682 987, 069 8220 213.

Ручне масаже  
 Маја Вељаноски  
 Жељко Дубовина

Хидромасажа  
 Весна Полић

## ВЕЖБЕ ЗА ТРУДНИЦЕ У БАЗЕНУ

Понедељак 15.00  
 Среда 15.00  
 Петак 15.00

1 термин: 540,00 дин.  
 8 термина: 3.024,00 дин.  
 12 термина: 4.320,00 дин.

(1 термин у трајању од 45 мин.)  
 (чланска карта важи 30 дана)

За похађање програма “Вежбе за труднице у базену” потребна је писмена сагласност лекара специјалисте – гинеколога.

Програм реализују физиотерапеути.  
 Сања Арсенијевић  
 Снежана Коруновски

## ТРЕТМАНИ СОМПЕХ АПАРАТОМ

	Цена
Сомпех 1 програм	700,00
Сомпех 2 програма	1.296,00
Сомпех 3 програма	1.674,00
Сомпех 1 програм и 1 парцијална ручна масажа	2.268,00
Сомпех 1 програм и 1 хидро масажа	2.050,00
Сомпех 1 програм 10 термина и 10 парцијалних ручних масажа	19.440,00
Сомпех 1 програм 10 термина и 10 хидро масажа	17.280,00

## ХИДРОГАЛВАНСКА КУПКА

	1 термин	5 термина
Хидрогалванска купка	832,00	3.564,00
Хидрогалванска купка и Хидро масажа	1.890,00	7.776,00
Хидрогалванска купка и СОМПЕХ 1 програм	1.307,00	5.940,00

Чланска карта са 5 термина важи 45 дана од дана издавања.  
 Чланска карта са 10 термина важи 75 дана од дана издавања

**ОБУКА ПЛИВАЊА ЗА БЕБЕ**

Уторак	16.00
Четвртак	16.00
Субота	12.15

1 термин:	529,00 дин.
8 термина:	3.985,00 дин.
12 термина:	4.968,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

Професор Милина Стевановић

**ОБУКА ПЛИВАЊА ЗА ДЕЦУ  
ОД 5 ДО 6 ГОДИНА**

Понедељак	16.00, 16.45
Среда	16.00, 16.45
Петак	16.00, 16.45

1 термин:	788,00 дин.
8 термина:	4.266,00 дин.
12 термина:	5.508,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

Професор Милина Стевановић

**ОБУКА ПЛИВАЊА  
ЗА ШКОЛСКУ ДЕЦУ**

Понедељак	17.45, 18.30, 19.15
Уторак	09.00, 17.45, 18.30,
Среда	17.45, 18.30, 19.15
Четвртак	09.00, 17.45, 18.30,
Петак	17.45, 18.30, 19.15
Субота	10.00, 10.45

8 термина:	4.536,00 дин.
12 термина:	6.048,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

Професор Марија Гргуревић  
Професор Дејана Цалић

**ЗДРАВСТВЕНО КОРЕКТИВНО  
ПЛИВАЊЕ**

Понедељак	20.00
Среда	20.00
Петак	20.00

8 термина:	4.100,00 дин.
12 термина:	5.184,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

Програм реализују физиотерапеути.  
Сања Арсенијевић  
Снежана Коруновски

**УСАВРШАВАЊЕ ТЕХНИКЕ  
ПЛИВАЊА И КОНДИЦИОНИРАЊЕ**

Понедељак	20.00
Среда	20.00
Петак	20.00

8 термина:	4.860,00 дин.
12 термина:	6.800,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

Професор Милица Симић

**ИНДИВИДУАЛНА  
ОБУКА ПЛИВАЊА - ДЕЦА**

Заказивање термина у договору са професором.

1 термин:	1.836,00 дин.
8 термина:	10.800,00 дин.
12 термина:	15.660,00 дин.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

**РИТМИЧКА ГИМНАСТИКА**

Уторак	19.00, 20.00
Четвртак	19.00, 20.00

8 термина:	5.400,00 дин.
------------	---------------

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 60 мин.)

Инструктор Дара Терзић

**ИНДИВИДУАЛНИ ТРЕНИНГ  
ДЕЦА**

Понедељак - Субота

1 термин:	1.512,00 дин.
8 термина:	9.720,00 дин.
12 термина:	12.960,00 дин.

Заказивање термина у договору са професором или физиотерапеутом.

(чланска карта важи 30 дана)  
(1 термин у трајању од 45 мин.)

**ПОРОДИЧНИ ПОПУСТ**

Ако чланске карте за програме : обука пливања за бебе, обука пливања за децу старости од 5 до 6 година, обука пливања за школску децу, здравствено корективно пливање и обука у тренажном пливању, купе двоје или више рођене браће и/или сестара, обрачунава се попуст од 20% на износ купљених чланских карата, уз могућност њиховог једног или оба родитеља да остваре попуст од 20% за куповину чланске карте за било који програм или услугу из комплетне понуде гцфк-а. чланске карте се купују и важе уз личне исправе деце (здравствене легитимације) и личне карте родитеља.