1) Рустам Меджидов

Здравствуйте!Начал я тренироваться с Женей в сентябре 2011 года.Я вначале года сделал мрт поясницы.У меня было 2 протрузии и 1 грыжа+плоская спина и левосторонний сколиоз.Работал я с Женей меньше года до следующего мрт.Сделал повторно мрт в апреле.Стало 3 протрузии,грыжа превратилась в протрузию+ушел левосторонний сколиоз и ушла плоская спина т.е изгиб в поясничном отделе у меня нормальный.Когда я с ним тренировался раньше(я и сейчас с его помощью тренируюсь),я не замечал,что он отлынивает,не хочет делать или еще что-то.Мне нравиться с ним работать.Он высококлассный специалист и знает своё дело.

2)Алексей Беляев



Начал заниматься у Евгения примерно год назад.Обратился с двумя проблемами:избыточный вес и повышенное а/д.Субъективно ощущалось падение выносливости.В результате тренировок похудел,научился правильно питаться.Давление стало возвращаться в норму.Стал лучше переносить нагрузки. Продолжаю заниматься под его руководством и по сей день.
Всегда отвечает на любые мои вопросы чувствуется что человек хорошо разбирается в своем деле,В общем я доволен и надеюсь на дальнейшие тренировки под руководством Евгения.

3)Александр Матвеев

Занимался с Женей около 2 лет назад. По оптической диагностике установили увеличенный прогиб в пояснице, который вызывал дискомфорт. Женя помог составить программу тренировок таким образом, что буквально через полгода прогиб был исправлен,что подтвердила повторная оптическая диагностика. Спина стала болеть и уставать намного меньше.

Также за 4 месяца тренировок мой вес увеличился с 65кг до 68.2кг, т.е. на 3.2кг сухой мышечной массы.
На любые вопросы Женя всегда дает очень развернутые и понятные даже непрофессионалу ответы. В общем, очень хороший и достойный специалист, который постоянно совершенствует свои знания и всегда открыт для консультаций.

4)Игорь Печерский



Под руководством Евгения занимался около 1.5 лет - бодибилдинг-тренировки в сочетании с нормализующими и стабилизирующими комплексами.
У меня гиперлордоз (и как результат неравномерный износ межпозвоночного диска). До тренировок страдал от регулярных сильных болей в спине, не мог нормально спать.
Также имела место тахикардия и общая детренированность и излишний вес.
В результате занятий по рекомендациям и программам Евгения боли в спине стали редкой периодической проблемой без негативных эффектов на сон. Аэробная программа позволила нормализовать пульс и поднять общий тонус организма а также на несколько килограмм уменьшить избыток веса.
В результате анаэробной части программы значительно изменилась мышечная масса, тонус мышц и как результат - удалось перейти к более тяжелой нагруженой схеме тренировок без негативных эффектов, в частности перетренированности.
Спасибо Евгению за квалифицированную и своевременную помощь.

5)Кирилл Аношин

Занимался у Евгения около двух лет. Поначалу был дискомфорт в пояснице. Компьютерная оптическая диагностика показала гиперлордоз в пояснице. Программа тренировок была построена относительно этого. Благодаря комплексу упражнений, был развит навык стабилизации позвоночника. Со временем, стал чувствовать себя хорошо, и даже набрал мышечную массу. Повторная диагностика подтвердила достигнутые результаты. Благодаря Евгению, узнал много упражнений на различные группы мышц. Кроме того, ежемесячный контроль физического состояния помог избежать перегруза во время тренировок. Занятиями с тренером Бабыдовым остался доволен. Данный специалист имеет все необходимые знания и навыки для работы.

6)Сергей Грошев



Занимался у Евгения около года,все начиналось с того что хотел увеличить число подтягиваний т.к. в универе было стыдно не подтягиваться хотя бы раз 10-12 .В итоге под чутким руководством Жени добился больше чем хороших результатов ,Евгений расписал мне программу тренировок которую периодически через некоторые промежутки времени мне менял в итоге с 5-7 подтягиваний я увеличил до 15-18 и это еще не все,как то меня затянуло и я занимаюсь по сей день в тренажерном зале за что спасибо Евгению за отличную работу и помощь. p/s Кстати силовые выросли тоже ого-го имеется ввиду жим,становая и присед =) Да и Женя просто хороший человек, который все разьяснит и покажет.Всем спасибо.

7)Осипова Зоя Михайловна

Я, Осипова Зоя Михайловна, пенсионер, уже два года занимаюсь в студии Пилатес в МДМ на Фрунзенской с личным тренером Бабыдовым Евгением.
У меня были серьезные боли в пояснице и коленях, поэтому обратилась к администрации с сомнениями – имеет ли смысл заниматься в студии. Мне порекомендовали специалиста, который работает с людьми, имеющими проблемы со здоровьем. Я согласилась попробовать, и сейчас очень благодарна за это.
Не смотря на большую разницу в возрасте, у нас с Женей сразу установился хороший человеческий контакт и взаимопонимание. С ним легко и свободно общаться. Но главное – это высокий профессионализм тренера.
Перед началом занятий он протестировал состояние моего здоровья, и составил программу занятий с учетом показаний и медицинских ***изов. Женя всегда очень внимательно относился к любым изменения в состоянии моего здоровья: давал конкретные рекомендации, при необходимости, вносил коррекцию в мою Программу.
В настоящее время я чувствую себя значительно лучше, чем до начала занятий в студии. Укрепились мышцы спины и ног, прошли боли. Это даёт мне возможность вести активный образ жизни. Я продолжаю работать, люблю активные прогулки на природе. В этом, считаю, большая заслуга моего личного тренера Бабыдова Евгения. Рекомендую занятия с ним людям пожилого возраста и с проблемами со здоровьем.
Выражаю общую благодарность коллективу студии за доброжелательность и позитив.
Всем здоровья, радости, личного счастья.
С уважением Осипова З. М.