

ZAJĘCIA DODATKOWE

wykład z dietetykiem (40')

poniedziałek 16.00, czwartek 16.00

szkoła zdrowych pleców (40') - 35 zł

środa 18.00

ćwiczenia poranne (30')

czwartek 8.00, sobota 8.00

pilates (50') - 30 zł, karnet (5 x 40') - 125 zł

piątek 18.30

aqua aerobic (50') - 30 zł, karnet (10 x 50') - 250 zł

wtorek 19.00, środa 17.00, czwartek 19.00, sobota 10.00

trening personalny (60') - 120 zł

termin treningu uzgadniany indywidualnie
po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

funkcjonalny trening medyczny (20') - 40 zł, (40') - 80 zł

termin treningu uzgadniany indywidualnie
po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

nauka pływania (45') - 85 zł, karnet (5 x 45') - 380 zł

karnet (10 x 45') - 720 zł

termin nauki pływania uzgadniany indywidualnie
po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

zajęcia indywidualne na basenie z terapeutą (30') - 70 zł

termin zajęć uzgadniany indywidualnie
po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Nordic Walking zajęcia grupowe (40') - 30 zł

zajęcia indywidualne (40') - 80 zł

termin zajęć uzgadniany indywidualnie
po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

* zapisy na zajęcia dodatkowe prowadzone są w recepcji głównej