

ZAJĘCIA SPORTOWE

Wykład z Dietetykiem (40') - 30zł

poniedziałek 16:00

Szkoła Zdrowych Pleców (40') - 35zł

środa 18:00

Stretching i relaksacja (50') - 30zł

wtorek 16:40

Aqua areobik (50') - 45zł

wtorek i czwartki 18:30

Joga (90') - zajęcia grupowe - 45zł, karnet (4 x 90') - 160zł

piątki 17:30

QiGong z Medytacją przy dźwiękach mis tybetańskich - (90') - 55zł, karnet (4 x 90') - 180zł

środy 18:30

Trening personalny (60') - 140zł

termin treningu uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Funkcjonalny trening medyczny (20') - 60zł, (40') - 100zł

termin treningu uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Nauka pływania dla niemowląt (45') - 80zł, karnet (5 x 45') - 360zł, karnet (10 x 45') - 680zł

termin nauki pływania uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Nauka pływania dla dzieci lub dla dorosłych (45') - 100zł, karnet (5 x 45') - 450zł, karnet (10 x 45') - 850zł

termin nauki pływania uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Zajęcia indywidualne na basenie z terapeutą (30') - 80zł

termin zajęć uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Nordic Walking zajęcia grupowe (40') - 30zł, zajęcia indywidualne (40') - 80zł

termin treningu uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Wejście do strefy Medical SPA & Wellness (do 180') - 55zł (weekend 60zł), karnet (10 x 180') - 500zł

termin uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Wejście na salę do funkcjonalnego treningu medycznego (siłownia) (120') - 40zł, karnet (4 x 120') - 144zł, (8 x 120') - 256zł

termin uzgadniany indywidualnie po wcześniejszej rezerwacji telefonicznej

Na zajęcia obowiązują wcześniejsze zapisy w Recepcji Głównej.

Karnety obowiązują przez 2 miesiące.

