

grafik Centrum Ruchu wrzesień 2026

grafik spichlerz active	pn	wt	śr	cz	pt	sb	nd
		1.	2. 18:30 step	3.	4. 18:00/ 19:00 pilates aparaty mix	5.	6.
	7. 18:30 obwodówka	8.	9. 18:30 wzmacnianie	10. 18:00/ 19:00 pilates aparaty mix	11.	12.	13.
	14. 18:30 obwodówka	15. 18:00/ 19:00 pilates aparaty mix	16.	17. 18:30 step	18.	19.	20.
	21. 18:30 obwodówka	22.	23. 18:30 wzmacnianie	24. 18:00/ 19:00 pilates aparaty mix	25.	26.	27.
	28. 18:30 obwodówka	29.. 18:00/ 19:00 pilates aparaty mix	30.				

1. **Fitness** : zajęcia grupowe

Cennik - **Nowość** karnet ważny przez miesiąc od daty zakupu - 140zł
- 35zł jednorazowe wejście

2. **Trening personalny na maszynach pilatesowych** w ujęciu klasycznym

Cennik jedna sesja 55 minut - 180 zł
Karnet na 10 wejść - płatny z góry 1500 zł
Grafik treningów personalnych ustalany jest indywidualnie

3. **Trening pilates aparaty mix** - kameralna grupa

Cennik (jedna sesja 50 minut):

duet: ~~120zł/osoba~~ **110zł/osoba**

trio: ~~100zł/osoba~~ **90zł/osoba**

grupa 4-5 osób: ~~80zł/osoba~~ **70zł/osoba**

karnet 4 zajęcia pilates w kameralnej grupie - **240zł płatne z góry**

Podaj hasło "nie tylko fitness" by otrzymać zniżkę w recepcji.

Zapisy i płatności przez aplikację **fitssey** <https://app.fitssey.com/DworKolesin>

lub w recepcji hotelu tel. 571245145.

Zajęcia odbędą się przy kompletnej zadeklarowanej grupie