

GRAFIK AQUA ANIMACJI MAJ
30.05.2024 r. zajęcia nie odbędą się

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
8.30-9.00	O	R			
8.45-9.15				R	
9.00-9.30	R	R			
9.15-9.45				R	
9.30-10.00	O				
9.40-10.10		O			
10.00-10.30	TI			O	
10.10-10.40		O			
10.30-11.00				O	
11.00-11.30				TI	
10.40-11.10		TI			
11.10-11.40					
18.30-19.00			R		
19.00-19.30			R		
19.30-20.00			TI		
18.45-19.15		O			
19.15-19.45		TI			

LEGENDA

	Aqua senior
	Uniwersytet III wieku - Seniorzy
	Aquaprenatal (dla kobiet w ciąży po I trymestrze)
	Aquacycling – rowerki, obowiązkowe obuwie wodne
	Aqua mix - makarony, hantle, piłki, pasy wypornościowe, obciążniki na nogi, rękawice, betomic.
	Aquahydrorobic - na głębokiej wodzie z pasami wypornościowymi
	AQUA URODZINY- z animatorem (rezerwacja)

*TI- Konsultacje treningowe, po wcześniejszym umówieniu w kasie obiektu,

Istnieje możliwość zorganizowania zajęć indywidualnych z instruktorem poza grafiką – cena 60 zł/do 40 min.

Wykupiony bilet wstępu na basen upoważnia do skorzystania z jednej jednostki aqua animacji.

Uwaga: Kobiety w ciąży przed każdorazowym wejściem na aqua animację zobowiązane są pokazać w kasach zaświadczenie lekarskie z terminem ważności o braku przeciwwskazań do uczestniczenia w zajęciach w wodzie.