

ZAJĘCIA FITNESS W WODZIE

ZAJĘCIA FITNESS W WODZIE ZOSTAJĄ ZAWIESZONE W TERMINIE DO ODWOŁANIA. TRWAŁOŚĆ KARNETÓW ZOSTANIE PRZEDŁUŻONA PO WZNOWIENIU ZAJĘĆ. Zajęcia są prowadzone w reżimie sanitarnym. **DODATKOWO** obowiązkowe jest zasłanianie ust i nosa od wejścia do obiektu aż do przebieralni (zapominalscy mogą zakupić maseczkę w punkcie kasowym). Pod prysznicem i podczas pływania nakaz ten nie obowiązuje. Osoby korzystające z basenu zobowiązane będą do obowiązkowej dezynfekcji rąk przy wejściu oraz do zachowania dystansu - 1,5m odległości pomiędzy osobami stojącymi w kolejce oraz w otoczeniu pływalni, tj.: szatni, przebieralni, toalet, natrysków, terenu rekreacyjnego. Obowiązuje zakaz korzystania z pływalni osób z objawami jakiegokolwiek ostrej infekcji, przede wszystkim dróg oddechowych. Osoby uczestniczące w zajęciach aquafitness znajdujące się w wodzie, zobowiązane są do przestrzegania dystansu. Ograniczenie pobytu w obiekcie do czasu kąpieli w basenie i przebierania się. Za równomierne rozmieszczenie osób kąpiących się lub pływających w niecce basenowej odpowiadają i kierują ratownicy. Wszystkie niezbędne informacje i zasady postępowania oraz procedury znajdują się w widocznych miejscach na tablicach informacyjnych: przed wejściem do obiektu oraz przy punkcie kasowym. **FITNESS W WODZIE** to zajęcia dla każdego, bez żadnych ograniczeń wiekowych. Mega skuteczne w walce z nadwagą oraz na odciążenie stawów i kręgosłupa. Idealna forma zajęć na spędzanie czasu wolnego indywidualnie, w grupie znajomych czy z rodziną. Nie musisz umieć pływać, nie musisz być bardzo sprawną, na tych zajęciach zregenerujesz stawy, kręgosłup, zbudujesz mięśnie posturalne, zmienisz swoje ciało w bardzo bezpieczny sposób. Uwierzysz w swoje możliwości. Zajęcia prowadzi wykwalifikowany instruktor zajęć w wodzie - Grażyna Wyczałkowska . Więcej informacji u instruktorki - 509 917 799. Liczymy na Państwa wyrozumiałość i stosowanie się do obowiązujących przepisów mających na celu ograniczenie rozprzestrzeniania się wirusa. Mamy nadzieję, że czas spędzony na pływalni upłynie Państwu w miłej atmosferze i w poczuciu bezpieczeństwa.