Informacje Centrum Rekreacyjne

Centrum Rekreacyjne
97-300 Piotrków Trybunalski
ul. Belzacka 108/100
tel. 44 732 70 86, 44 646 68 93

HARMONOGRAM ZAJĘĆ FITNESS

obowiązujący od dnia 1 października 2020 roku

Zajęcia odbywają się w Centrum Rekreacyjnym OSiR, przy ul. Belzackiej 108/110 w Piotrkowie Trybunalskim

GODZINY		8.00-9.00	9.00-10.00	10.00-11.00	17.00-18.00	18.00-19.00	19.00-20.00	20.00-21.00
PONIEDZIAŁEK	Sala fitness	**Pilates** Marika 8.00 - 9.00	**Stretching** Marika 9.30 - 10.30		**Spalacz Kalorii** Marika 17.00 - 18.00	**Interwał** Marika 18.30 - 19.30		**Fit/Flexi** Agnieszka 20.00 - 21.00
	Sala sport.				**Gimnastyka Zdrowotna** Agnieszka 17.15 - 18.15	**Smukła Sylwetka** Agnieszka 18.45 - 19.45		
WTOREK	Sala fitness				**Gimnastyka Kręgosłupa** Iza 17.15 - 18.15	**Kształtowanie Sylwetki** Iza 18.45 - 19.45		**Pilates** Iza 20.15 - 21.15
	Sala sport.				**Gimnastyka Zdrowotna** Agnieszka 17.30 - 18.30		**Super Brzuch** Agnieszka 19.00 - 20.00	
ŚRODA	Sala fitness				**Gimnastyka Zdrowotna** Agnieszka 17.30 - 18.30		**Stop Celulit** Agnieszka 19.00 - 20.00	**Stretching** Iza 20.15 - 21.15
	Sala sport.				**Gimnastyka Kręgosłupa** Iza 17.15 - 18.15	**Kształtowanie Sylwetki** Iza 18.45 - 19.45		
CZWARTEK	Sala fitness	**Stretching** Marika 8.00 - 9.00	**Pilates** Marika 9.30 - 10.30	**Wzmacnianie** Marika 11.00 - 12.00	**Gimnastyka Kręgosłupa** Iza 17.15 - 18.15	**Kształtowanie Sylwetki** Iza 18.45 - 19.45		**Pilates** Iza 20.15 - 21.15
	Sala sport.					**Gimnastyka Zdrowotna** Agnieszka 18.30 - 19.30		**Smukła Sylwetka** Agnieszka 20.00 - 21.00
PIĄTEK	Sala fitness				**Trening Funkcjonalny** Marika 17.00 - 18.00	**Spalacz Kalorii** Marika 18.30 - 19.30		

Na zajęciach fitness obowiązuje:

- Bilet jednorazowy - 8 zł./wejście/osoba, Karnet 5-wejść - 40zł.; Karnet 10-wejść - 60zł.; Karnet 14-wejść - 70zł.
- Karnety mają ważność przez dwa miesiące od daty wystawienia.
- Z karnetu może korzystać kilka osób równocześnie, za każdą osobę wykreślane jest wejście z karnetu.
- Osoba uczestnicząca w zajęciach, przed wejściem na zajęcia zobowiązana jest do wypełnienia oświadczenia o braku przeciwwskazań zdrowotnych do wykonywania ćwiczeń prowadzonych podczas zajęć fitness.
- WŁASNA KARIMATA, ZMIENNE OBUWIE SPORTOWE oraz wyciszenie telefonów podczas zajęć.