

WAKACYJNE ZAJĘCIA INTENSYWNE DWUTYGODNIOWE NAUKI PŁYWANIA

Okres I: 29.07 do 09.08.2024 r. I kurs

Okres II: 12.08 do 27.08.2024 r. II kurs

Poniedziałek - Wtorek – Czwartek - Piątek (4 x w tygodniu)
- gr. I, gr. II, gr. IV

Wtorek – Czwartek (2 x w tygodniu) – gr. III

zajęcia rozpoczynamy od 29 lipca 2024 r.

Prowadzą : Pan Daniel, Pan Mateusz

Zajęcia prowadzimy: 29,30 lipca
1,2,5,6,8,9,12,13,16,19,20,22,23,26,27 sierpnia

OKRES I:

Gr.	Wiek (lata)	Rozpoczęcie kursu	Godzina zajęć	ilość/ koszt	Rodzaj zajęć*
I	5 – 8	od 29.07 do 09.08	17.00 – 17:30	8/200 zł	Nauka pływania od podstaw
II	8 – 12	od 29.07 do 09.08	17.30 – 18:00	8/200 zł	Nauka pływania od podstaw
III	8 - 14	od 30.07 do 08.08	18:00 – 18:30	4/100 zł	Nauka i doskonalenie pływania
IV	5 – 8	od 29.07 do 09.08	17:00 – 17:30	8/200 zł	Nauka i doskonalenie pływania
			OKRES II:		
Gr.	Wiek (lata)	Rozpoczęcie kursu	Godzina zajęć	ilość/ koszt	Rodzaj zajęć*
I	5 – 8	od 12.08 do 27.08	17.00 – 17:30	9/225 zł	Nauka pływania od podstaw
II	8 – 12	od 12.08 do 27.08	17.30 – 18:00	9/225 zł	Nauka pływania od podstaw
III	8 - 14	od 13.08 do 27.08	18:00 – 18:30	4/100 zł	Nauka i doskonalenie pływania
IV	5 – 8	od 12.08 do 27.08	17:00 – 17:30	9/225 zł	Nauka i doskonalenie pływania

*Opis zajęć:

1. Nauka pływania:

Zajęcia dla nie pływających, oswojenie ze środowiskiem wodnym, nauka ruchów napędowych nóg i ramion do kraula na grzbiecie i kraula na piersiach, poślizgi, zanurzenia, proste skoki.

Nauka i doskonalenie pływania:

Doskonalenie posiadanych umiejętności pływackich – ruchy napędowe ramion i nóg w stylach pływackich, ćwiczenia koordynacyjne, strzałki/poślizgi, skoki, nurkowania. Pływanie pod wodą i pokonywanie przeszkód.

e-mail: muszelka@zozbt.waw.pl
www.basen-muszelka.pl

Regulamin zajęć

1. Korzystanie z zajęć zorganizowanych odbywa się na podstawie biletu jednorazowego lub karnetu.
 2. Grupa zawiązywana jest przy ilości 6 osób ,w przypadku mniejszej ilości zapisanych osób organizator zastrzega sobie możliwość przesunięcia chętnych do grupy już utworzonej po telefonicznym uzgodnieniu z uczestnikami zajęć.
 3. Wejście na bilet jednorazowy może mieć miejsce tylko w ramach wolnych miejsc w grupie.
 4. Zajęcia odbywają się w grupach dostosowanych liczebnością do poziomu zaawansowania ćwiczących.
 5. Zajęcia w karnecie wykupuje się w cyklu dwa razy w tygodniu.
 6. Karnetu nie wolno odstępować osobom trzecim.
 7. Wejście na pływalnię jest ograniczone czasowo do 85 minut przebywania w strefie mokrej. Po przekroczeniu tego czasu doliczana jest dopłata 0,40 zł/min.
 8. Zwrot karnetu i wycofanie gotówki ma miejsce pod warunkiem, że nastąpi w ciągu 7 dni od dnia zakupu i nie wykorzystano żadnych zajęć*.
 9. Rekompensaty związane z niewykorzystanymi wejściami: niewykorzystane zajęcia można odebrać w formie wejść jednorazowych na pływanie rekreacyjne do 31 października 2023 roku.
 10. Cennik zajęć:
 - Bilet jednorazowy dzieci U - 30,00 zł,
 - Karnet „U” zajęcia 2 x w tyg. - 25,00 złotych za zajęcia.
 11. Wykupienie zajęć jest równoznaczne z oświadczeniem o stanie zdrowia zezwalającym na czynne uczestnictwo w zajęciach.
- *do zwrotu niezbędny jest paragon fiskalny