MAŁY BASEN

E - Grupa tylko dla dzieci, które uczestniczyły wcześniej w zajęciach w ramach grupy BOBAS.

grupa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
BOBAS 3-12 m-cy	15:30				10:15	11:00	10:15
BOBAS 13-24 m-cy	16:15				11:00	10:15	11:00
BOBAS 25-36 m-cy	17:00		16:15			11:45	9:30
BOBAS 3-5 lat						9:30 E	8:45 E 11:45
RODZIC+ DZIECKO						8:45 MS	
BIAŁA 4-6 lat	17:45 AS	16:15 BW 17:00 MS 18:30 MSz	17:00 AT 17:45 ASz	16:15 TSz 17:00 Ms	17:00 WS 17:45 TSz	12:30 TSz	14:45 TSz
SZARA	18:30 AS 19:15 AS	17:45 MS	18:30 ASz 19:15 TSz	17:45 MS 18:30 JK	16:15 WS 18:30 TSz	13:15 TSz	15:30 TSz
DOROŚLI					19:15 WS		

DUŻY BASEN

Grupa DOROŚLI **1** - zaawansowani, **2** - średniozaawansowani, **3** - początkujący.
S - Grupa SPORT, od 15 lat lub z umiejętnością pływania poprawnie technicznie czterema stylami.

grupa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
CZERWONA	17:00 MS 17:45 MJ	17:00 BW 17:45 WS	17:00 ASz 17:45 AT	17:00 TSz 17:45 PW	17:00 AS 17:45 WS	9:30 MS 11:00 TSz	16:15 AT 17:45 TSz
NIEBIESKA	17:45 MS 18:30 MJ	17:45 OBo 18:30 WS	17:45 PW	17:00 PW 18:30 MS	17:00 TSz 17:45 MS 18:30 AS	11:45 TSz	16:15 TSz 17:00 AT
ZIELONA	18:30 MS	18:30 MS 19:15 TSz	17:45 TSz 18:30 PW	18:30 PW 19:15 JK	17:45 OBo 18:30 WS 19:15 AS	11:00 MS	17:00 TSz 17:45 AT
CZARNA	19:15 MJ	19:15 WS	18:30 OB	19:15 PW	18:30 MS 19:15 TSz 20:00 s AS	10:15 MS	18:30 TSz
TURKUSOWA			19:15 PW				
POMARAŃCZOWA	20:00 AS						
DOROŚLI	19:15 1MS 20:00 2MS		20:00 1PW	20:00 3PW			

- AS - Anna Strykowska, ASz - Agnieszka Szagun, AT - Aneta Toczko, BW - Bartosz Woźniak JK - Joanna Krawiec, MJ - Marcin Jabłoński, MS - Maciej Stankowski, MSz - Michał Szul, OB - Olga Bugaj, OBo - Oskar Borowczyk, PW - Paweł Wojciechowski, TSz - Tomasz Szymkowiak, WS - Weronika Strugała

SEZON 2019/2020

KURSY NAUKI I DOSKONALENIA PŁYWANIA

ORAZ OSWAJANIA Z WODĄ

ETAPY KSZTAŁCENIA

BOBAS

zajęcia prowadzone wg autorskiego programu dra Krzysztofa Pietrusiika

BIAŁA

(dla dzieci 4-6 lat, od 1 m wzrostu)

- obroty w wodzie
- skoki do wody
- nurkowanie
- strzałka

SZARA

- doskonalenie umiejętności nabytych w grupie białej
- przejście na duży basen
- elementy grzbietu

CZERWONA

- doskonalenie grzbietu
- pływanie w płetwach
- nauka kraula

NIEBIESKA

- doskonalenie grzbietu i kraula
- konfiguacja oddechu
- nauka żaby

* możliwość zdawania egzaminu na kartę pływacką za dodatkową opłatą

ZIELONA

- pozycje w wodzie
- doskonalenie grzbietu, kraula i żaby
- nauka delfina

CZARNA

- doskonalenie wszystkich technik pływackich
- skoki startowe
- nawroty

* możliwość zdawania egzaminu na specjalną kartę pływacką (żółty czepek) za dodatkową opłatą

POMARAŃCZOWA

- pierwsza pomoc medyczna
- użytkowanie sprzętu ratunkowego
- pływanie w płetwach i monopłetwie
- doskonalenie wszystkich technik pływackich
- nauka specjalnych technik pływackich

TURKUSOWA

- podstawy nurkowania w sprzęcie ABC (maska, fajka, płetwy) m.in. pływanie, sposoby zanurzania, skoki do wody, pływanie z butlą

* kursant powinien posiadać własny sprzęt ABC

* możliwość wyrobienia patentu za dodatkową opłatą

JEŻELI UMIEJĘTNOŚCI KURSANTA NIE POZWALAJĄ NA PRZEJŚCIE O POZIOM WYŻEJ, W KOLEJNYM SEZONIE POZOSTAJE W GRUPIE O TYM SAMYM POZIOMIE. Decyzje podejmuje instruktor prowadzący grupę.

PŁATNOŚCI ZA KURSY w sezonie 2019 / 2020 od 2.09.2019 do 26.06.2020

	KURS				BOBAS / RODZIC+DZIECKO			
	2.09.19-26.01.20 PŁATNOŚĆ ZA I SEMESTR		10.02.20-26.06.20 PŁATNOŚĆ ZA II SEMESTR		2.09.19-26.01.20 PŁATNOŚĆ ZA I SEMESTR		10.02.20-26.06.20 PŁATNOŚĆ ZA II SEMESTR	
	cena	ilość zajęć	cena	ilość zajęć	cena	ilość zajęć	cena	ilość zajęć
poniedziałek	494	19	494	19	589	19	589	19
wtorek	494	19	520	20	589	19	620	20
środa	494	19	520	20	589	19	620	20
czwartek	520	20	494	19	620	20	589	19
piątek	520	20	494	19	620	20	589	19
sobota	546	21	468	18	651	21	558	18
niedziela	546	21	416	16	651	21	496	16

formy płatności:
za rok / za semestr

formy płatności:
za rok / za semestr /
10 zajęć w cenie 380zł (termin ważności: 3 msc)

KORZYŚCI JAKIE UZYSKASZ WYBIERAJĄC PŁATNOŚĆ

Z GÓRY ZA SEMESTR

do 14.07.2019: **3 VOUCHERY***

do 30.07.2019: **2 VOUCHERY***

Z GÓRY ZA ROK

do 14.07.2019: **3 VOUCHERY*** + LEKCJA INDYWIDUALNA lub + TRENING PERSONALNY

do 30.07.2019: **2 VOUCHERY*** + LEKCJA INDYWIDUALNA lub + TRENING PERSONALNY

RODZEŃSTWO NA KURSACH

-5%

KARTA DUŻEJ RODZINY

-10%

*** 1 VOUCHER =**
- jednorazowe skorzystanie z oferty klubu (siłownia, zajęcia grupowe strefy aero, indoor cycling)
- jednorazowe skorzystanie z pływalni (zajęcia SAF AQUA® FITNESS, wejścia indywidualne)
- kawa lub herbata w BREJK_

VOUCHER NIE PODLEGA WYMIANIE