

mosir
Elbląg

DOLINKA
CRW DOLINKA
ul. Moniuszki 25

ZAJĘCIA
WTOREK | 20.00
CZWARTEK | 20.00

AKTYWUJ SIĘ Z MOSiR-em!

AQUA FITNESS

super oferta

NOWE CENY KARNETÓW! 130 zł | 8 wejść
80 zł | 4 wejścia

Szczegóły: www.mosir.elblag.eu

Aqua Fitness to świetna forma treningu w wodzie, którego celem jest nie tylko dobre samopoczucie fizyczne, ale również psychiczne. Zajęcia takie 2 razy w tygodniu (we wtorki i czwartki) odbywają się w Centrum Rekreacji Wodnej Dolinka.

Ćwiczenia w wodzie organizowane w ramach akcji Aktywuj się z MOSiR-em to propozycja, która od dłuższego czasu cieszy się bardzo dużym zainteresowaniem. Z zajęć Aqua Fitness korzysta każdorazowo wiele osób, dla których aktywne spędzanie czasu jest ważne.

- Chcemy, żeby każdy znalazł ćwiczenia, które spełnią jego oczekiwania, dlatego staramy się urozmaicić i rozbudować naszą ofertę. Ze względu na duże zainteresowanie organizujemy zajęcia Aqua Fitness również w CRW Dolinka – mówi Adam Krause, kierownik obiektu. – Zapraszamy we wtorki i czwartki na godz. 20. Zachęcam szczególnie do zakupu karnetów w promocyjnych cenach.

Aqua Fitness to zajęcia skierowane do wszystkich miłośników aktywności fizycznej, bez względu na płeć i wiek. Jest to forma treningu w wodzie, mająca na celu poszukiwanie dobrego samopoczucia, zarówno z punktu widzenia psychologicznego, jak i socjologicznego. To wspaniała forma treningu całego ciała, który zmierza do osiągnięcia maksymalnej sprawności fizycznej, przy wykorzystaniu różnorodnych form ruchowych w wodzie. Ćwiczenia dostosowane są do możliwości, gustu i oczekiwań uczestników.

Zajęcia w **Centrum Rekreacji Wodnej Dolinka** odbywają się we **wtorki i czwartki o godz. 20.00**. Pojedyncze wejście to koszt 25 zł, natomiast karnety można kupić w promocyjnej cenie 80 zł za 4 wejścia w ciągu miesiąca lub 130 zł za 8 wejść w ciągu miesiąca. Z zajęć mogą korzystać użytkownicy programu OK System.

W ofercie MOSiR-u dostępne są również zajęcia Aqua Fitness w **Krytej Pływalni** przy ul. Robotniczej 68. Poranne ćwiczenia odbywają się w **poniedziałki i środy o godz. 9.15**, a wieczorne w **poniedziałki, środy i piątki o godz. 20.00**. Dodatkowo osoby, które wolą zajęcia weekendowe, mogą przyjść w **sobotę o godz. 16.30**. Pojedyncze wejście to koszt 20 zł, natomiast karnety można kupić w cenie 70 zł za 4 wejścia w ciągu miesiąca lub 100 zł za 8 wejść w ciągu miesiąca.

Więcej informacji można uzyskać w recepcji CRW Dolinka, telefonicznie pod numerem 55 625 60 60 lub na stronie www.mosir.elblag.eu w zakładce Aktywuj się z MOSiR-em.

Tekst MOSiR