

GRAFIK FITNESS

OBOWIĄZUJĄCY OD 01 LUTEGO 2019 R

ZAJĘCIA FITNESS

- 19 zł – jednorazowe wejście na zajęcia fitness dla osób nie będących członkami Klubu Nowa Europa
- 15 zł – jednorazowe wejście na zajęcia dla członków Klubu Nowa Europa
- 55 zł – karnet imienny na 4 wejścia – ważny 30 dni
- 95 zł – karnet imienny na 8 wejść – ważny 60 dni
- 110 zł – karnet imienny na 10 wejść – ważny 90 dni
- 120 zł – karnet imienny MAX na zaj. w godz. 9.00-14.00 – ważny 30 dni
- 160 zł – karnet imienny MAX na zaj. w godz. 9.00-21.00 – ważny 30 dni

Uwaga – Posiadacze karnetów MAX nie mogą dokonywać rezerwacji na zaj. u P. Mariana Listkowskiego – wejścia na zaj. jedynie w przypadku wolnych miejsc.

SIŁOWNIA

- 19 zł – jednorazowe wejście na siłownię, dla osób nie będących członkami Klubu Nowa Europa
- 13 zł – jednorazowe wejście na siłownię dla członków Klubu Nowa Europa
- 45 zł – karnet imienny na 4 wejścia - ważny 90 dni
- 85 zł – karnet imienny na 8 wejść - ważny 90 dni
- 120 zł – karnet imienny MAX – ważny 30dni

KARTA KLUBU NOWA EUROPA:

- Jednorazowy koszt KARTY KLUBU NOWA EUROPA- **50 zł** (**25 zł** dla studentów i osób po 60 r. życia) - **18 zł** duplikat
- Zakup karnetów jest możliwy tylko dla posiadaczy KARTY KLUBU NOWA EUROPA

ZAJĘCIA INDYWIDUALNE

- Indywidualna nauka ćwiczeń i zachowań, wzmacniających mięśnie KEGLA: min. 1h - 120 zł
- Zajęcia indywidualne z instruktorem: Aleksandra Listkowska: 1h – 100 zł
- Trening personalny prozdrowotny: Marta Kotusiewicz: 1h – 100 zł
- Wizyta u fizjoterapeuty: Marta Kotusiewicz: - pierwsza -100 zł, kolejna – 80zł

WARSZTATY EDUKACYJNO-RUCHOWE O CHARAKTERZE
PROZDROWOTNYM: MARTA KOTUSIEWICZ:
50 ZŁ - JEDNORAZOWY UDZIAŁ - 1,5 GODZ.

Regulamin Klubu Nowa Europa dostępny w Recepcji
NOWA EUROPA
AL. KOŚCIUSZKI 106/116
TEL. (42) 256 87 87, KOM. 600 030 310
BIURO@NOWA-EUROPA.PL, WWW.NOWA-EUROPA.PL

| SALA BARCELONA | | | | | | |
|----------------|--------------------------------------|---------------------------------------|--|---------------------------------------|----------------------------|-------------------------------|
| Godz. | PON. | WT. | ŚR. | CZW. | PT | SOB. |
| 9:00 | | | | | | NTM Ola |
| 10:00 | | | NTM Ola | | | NTM Ola |
| 11:00 | Brzuch, Uda Pośladki Agnieszka | | Szkoła Pleców Marian | | Pilates Agnieszka | Szkoła Pleców Marian |
| 11:30 | | Zdrowy Kręgosłup z MDM Marta | | Zdrowy Kręgosłup z MDM Marta | | |
| 12:00 | Stretching Agnieszka | 12:30 Fit Ball Darek | Szkoła Pleców Marian | 12:30 Fit Ball Darek | Stretching Agnieszka | Stretching Marian |
| 15:30 | | NTM Ola | | | NTM Ola | |
| 16:30 | Body Ball Agnieszka | | | Fat Burner Iza | | |
| 17:00 | | Szkoła Pleców Ola | | | | |
| 17:30 | Brzuch uda pośladki Agnieszka | | Płaski Brzuch Agnieszka | Shape Iza | | |
| 18:30 | Szkoła Pleców Marian | Stretching Marian | Pilates Agnieszka | Szkoła Pleców Marian | Warsztaty BeBo Marta | |
| 19:30 | Stretching Marian | Szkoła Pleców Marian | | Stretching Marian | | |
| MAŁA SALA | | | | | | |
| Godz. | PON. | WT. | ŚR. | CZW. | PT | SOB. |
| 9:00 | | | | | | Zdrowy Kręgosłup Monika |
| 12:00 | | | Latino - Dla początkujących Adam | | | |
| 16:30 | | Piękna Sylwetka Marek | | Piękna Sylwetka Marek | | |
| 17:30 | Zumba Gold Kryisia | | | | | |
| 18:30 | Zumba Kryisia | | | | | |
| 19:00 | | Zdrowy Kręgosłup Monika | | | | |

WYMAGANA REZERWACJA MIEJSCA W GRUPIE