

# GRAFIK FITNESS

**Obowiązujący OD 28 WRZEŚNIA 2022 r**

## **ZAJĘCIA FITNESS**

25 zł – jednorazowe wejście na zajęcia fitness dla osób nie będących członkami Klubu Nowa Europa  
20 zł – jednorazowe wejście na zajęcia dla członków Klubu Nowa Europa  
75 zł – karnet imienny na 4 wejścia – ważny 30 dni  
140 zł – karnet imienny na 8 wejść – ważny 60 dni  
180 zł – karnet imienny na 10 wejść – ważny 90 dni  
220 zł – karnet imienny MAX na zaj. w godz. 9.00-14.00 – ważny 30 dni  
310 zł - karnet imienny MAX na zaj. w godz. 9.00-21.00 – ważny 30 dni

## **Cena zajęć u P. Mariana:**

30 zł - jednorazowe wejście na zajęcia dla osób nie będących członkami Klubu Nowa Europa  
25 zł - jednorazowe wejście na zajęcia dla członków Klubu Nowa Europa  
100 zł - karnet imienny na 5 wejść – ważny 60 dni

**Uwaga!!!** Z zajęć u P. Mariana mogą korzystać osoby, posiadające karty:

Fit Profit, Fit Sport, PZU Sport i Medicover Sport z dopłatą 10 zł do ćwiczenia  
Benefit - z dopłatą 5 zł do ćwiczenia

## **SIŁOWNIA**

25 zł – jednorazowe wejście na siłownię, dla osób nie będących członkami Klubu Nowa Europa  
20 zł – jednorazowe wejście na siłownię dla członków Klubu Nowa Europa  
75 zł – karnet imienny na 4 wejścia - ważny 90 dni  
140 zł – karnet imienny na 8 wejść - ważny 90 dni  
200 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 - 150 zł
- Zajęcia indywidualne z instruktorem: Aleksandra Listkowska: 1h – 150 zł

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](http://www.nowa-europa.pl)

\*zajęcia w ramach programu Aktywni + Edycja 2022- październik- listopad

<b>Sala BARCELONA</b>						
Godz.	PON.	WT.	ŚR.	CZW.	PT	SOB.
10:00				NTM Ola		NTM * Ola
11:00		Ćw. ogólno- usprawniające Basia	Szkoła pleców Marian		Ćw. ogólno- usprawniające Basia	Stretching powięziowy Marian
11:30	Aktywny poranek Iza			Zdrowy kr. z el. Pilatesu Iza		
16:30	Mocny brzuch uda pośladki Iza	Pilates Iza.	Smukła sylwetka- antycellulit Iza		NTM Ola <u>Od 14.10</u>	
17:30		NTM * Ola	Duże piłki Iza			
18:30		Szkoła pleców Marian	Zumba Gold Kamila <u>Od 12.10</u>	Stretching powięziowy Marian		
<b>MAŁA SALA</b>						
Godz.	PON.	WT.	ŚR.	CZW.	PT	SOB.
11:30			Płaski brzuch Ania			

**WYMAGANA REZERWACJA  
MIEJSCA W GRUPIE**