

Szkoła Pływania Fregata Swimming



Fregata Swimming prowadzi swoją działalność w dwóch obszarach. Pierwszy to osvajanie z wodą niemowlaków oraz nauka pływania dzieci i dorosłych, a drugi – aqua fitness, w tym gimnastyka w wodzie dla seniorów. Fregata Swimming oferuje również zajęcia z elementami rehabilitacji, ukierunkowane na konkretne schorzenia. Zajęcia odbywają się w hotelu „Lechicka”, mieszczącym się przy ul. Lechickiej 101, w kameralnym basenie (wymiary 12 x 5 m, głębokość 130 cm, jasne, przeszklone wnętrze, przyjemna temperatura wody) oraz w basenie Term Maltańskich. Kadra instruktorska jest dobrze wykwalifikowana i ma duże doświadczenie w pracy z osobami starszymi. Zajęcia aqua gimnastyki dla seniorów odbywają się w niewielkich grupach (do 13 osób), co umożliwia instruktorowi indywidualne podejście do każdego uczestnika zajęć. Obiekty, w których odbywają się zajęcia, są dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnością.

Stała oferta:

- Aqua gimnastyka | [Szczegóły i zapisy](#)
- Aqua gimnastyka z elementami rehabilitacji | [Szczegóły i zapisy](#)

[Fregata Swimming: szczegóły](#) | Kontakt: ul. Termalna 1, 61 875 95 27, [więcej](#);