



Grafik zajęć sportowych

SCHEDULE OF SPORT ACTIVITIES

Gwiazda Morza Resort SPA&SPORT zastrzega sobie prawo do zmian w grafiku.
/ Gwiazda Morza Resort SPA & SPORT reserves the right to change the schedule.

	Poniedziałek Monday	Wtorek Tuesday	Środa Wednesday	Czwartek Thursday	Piątek Friday	Sobota Saturday	Niedziela Sunday
8.00 – 8.45		Przygotowanie do morsowania/ preparation for walrus		Przygotowanie do morsowania/ preparation for walrus		Przygotowanie do morsowania/ preparation for walrus	
10.30 – 11.15	AquaFitness	Be board	AquaFitness	Be board	AquaFitness	Be board	
12.00 – 12.45		Nordic Walking		Nordic Walking		Nordic Walking	Be board
17.00 – 17.45			Familijny Seans Saunowy* /Sauna Seance for Family			Familijny Seans Saunowy* /Sauna Seance for Family	
18.00 – 18.45	Pilates	Tabata	Pilates	Tabata	Pilates	Tabata	
19.00 – 19.45	Joga	ZUMBA	Joga	ZUMBA	Joga	ZUMBA	
19.00 – 20.00						Seans Saunowy dla dorosłych* /Sauna Seance for adults	

Obowiązują wcześniejsze zapisy na zajęcia sportowe.

Earlier registration for sport activities applies.

Prosimy o przybycie 5 minut przed rozpoczęciem zajęć do Recepcji Sport (poziom -1).
/Please, arrive 5 minutes before the start of the activities at the Sport Reception Desk (level -1).

11.00-18.00 zajęcia na ścianie wspinaczkowej po wcześniejszej rezerwacji (koszt 50 zł/30 minut).
/11.00-18.00 training on the climb wall upon reservation (cost 50 PLN/30- minutes).

*Seans Saunowy po wcześniejszej rezerwacji (koszt 40 zł/osoba). Grupy do 18 osób.
Rezerwacja w recepcji Instytutu SPA
/Sauna session after prior reservation (cost 40 PLN/person). Groups up to 12 people.
Reservation at the reception of the SPA Institute