

## Specjalna oferta dla Aktywnych Seniorów

25.09.2017 8:00

**Aquapark FALA rusza ze specjalnym programem skierowanym do Seniorów. W jego ramach osoby w wieku 60+ od poniedziałku do piątku, w godzinach 9:00-15:00 mogą kupić tańsze bilety do Strefy Basenowej i Strefy Saun, skorzystać z pomocy Opiekuna Seniora oraz otrzymać 20 minut dodatkowego czasu na spokojne przebranie się.**



## Cennik Aktywny Senior

Od poniedziałku do piątku, w godzinach 9:00-15:00 Seniorów obowiązują następujące ceny biletów wstępu do Strefy Basenowej i Strefy Saun:

- przy wejściu 1 osoby - 13 zł / 1 h / osoba,
- przy wejściu 2 osób - 12 zł / 1 h / osoba,
- przy wejściu 3 osób - 11 zł / 1 h / osoba,
- przy wejściu grupy (min. 10 osób) - 10 zł / 1 h / osoba.

# Opiekun Seniora

Aquapark FALA to duży obiekt, w którym będąc pierwszy raz można się nieco zagubić. Dlatego też specjalnie dla Seniorów w strefie kas od poniedziałku do piątku, w godzinach 9:00:15:00 dostępny jest specjalny pracownik – Opiekun Seniora. Cierpliwie odpowie on na wszystkie pytania Seniora oraz pokieruje w odpowiednie miejsce.

## Dodatkowe 20 minut na przebranie się dla Seniora

Seniorzy nie lubią się spieszyć. Mając tego świadomość, każdemu z nich od poniedziałku do piątku, w godzinach 9:00:15:00 zapewniamy dodatkowe, bezpłatne 20 minut na przebranie się czy wysuszenie włosów.

## AquaSenior

AquaSenior to zajęcia dla osób 60+, przy odpowiednio dopasowanej muzyce i zawierające elementy stretchingu. Dzięki temu, że odbywają się one w wodzie, nie obciążają kręgosłupa oraz stawów.

Czas trwania zajęć AquaSenior to 80 min. Uczestnik dostaje w tym:

- 40 minut zajęć z instruktorem,
- 30 minut czasu wolnego,
- 10 minut na przebranie się.

Zajęcia w wodzie w bezpieczny sposób poprawiają aktywność fizyczną, wzmacniają wydolność krążeniowo-oddechową, poprawiają ruchomość stawów oraz wzmacniają wszystkie partie mięśni. Ćwiczenia AquaSenior dodatkowo odciążają cały kręgosłup, przeciwdziałają osteoporozie i chorobom naczyniowo-sercowym oraz korzystnie wpływają na samopoczucie