

<b>Dzień Seniora na FALI 1 października 2020 r. CZWARTEK</b>		
<b>9:00-22:00</b>	<b>25% rabatu na dania w restauracji, kawa z ciastem domowej roboty w cenie 10 zł</b>	<b>restauracja</b>
<b>9:00-10:00 10:00-11:00</b>	<b>Gimnastyka w wodzie Aqua Senior</b>	<b>basen rekreacyjny</b>
<b>11:00-17:00</b>	<b>Specjalny bilet dla seniora: basen + sauna w cenie 25 zł, zakup do godziny 15:30</b>	<b>kasa</b>
<b>11:30 12:30 13:30</b>	<b>Zdrowotne inhalacje w saunie fińskiej</b>	<b>strefa saun, sauna fińska</b>
<b>11:00-15:00</b>	<b>Doskonalenia pływania dla seniorów w małych grupach</b>	<b>basen sportowy</b>
<b>11:00-13:00</b>	<b>Jesienne naszyjniki i broszki - warsztat rękodzieła</b>	<b>hol główny</b>
<b>11:00-17:00</b>	<b>Pomiar ciśnienia, cukru we krwi, pomiar składu ciała, ważenie, mierzenie, wyliczenie BMI i porady dietetyczne</b>	<b>hol główny</b>
<b>11:00-13:00</b>	<b>Pokaz udzielania pierwszej pomocy</b>	<b>hol główny/ hala basenowa</b>
<b>11:00 - 12:00</b>	<b>Przeżyjmy to raz jeszcze raz spotkanie z Janem Tomaszewskim.</b>	<b>bar mokry</b>