

WATSU

Instruktor: Karol Bartkowiak

Organizacja i zarys ogólny prowadzonych zajęć:

Dla wielu osób, terapia Watsu, to jedna z najbardziej zaawansowanych form pracy z ciałem. Ma szczególne zastosowanie w branży SPA i wellness, gdyż idealnie wpisuje się w założenia SPA. Poprzez wodę, leczy nie tylko ciało, ale i umysł, a relaks i błogostan podczas sesji jest nieporównywalny z innymi zabiegami.

Watsu obejmuje określone sekwencje ćwiczeń, stretchingów i mobilizacji, przeplatanych japońskim masażem Shiatsu. Ćwiczenia z reguły wykonywane są w ciepłej wodzie o temperaturze 31°-34°C i w końcowym efekcie, daje niezwykle głęboką relaksację.

Oprac. K. Bartkowiak

Zapisy:

Biuro Szkoły Pływania "Trewal":

Jakub Michalak

tel.: 61 2921485

e-mail: plywalnia@szosir.com.pl

poniedziałek-piątek od 7.00 do 18.00

środa od 10.00 do 18.00

Kasy:

tel.: 61 2921485

Cennik watsu w ramach Szkoły Pływania „Trewal”:

- **KARNET** – płatność jednorazowa (miesięczna) za 4 zajęcia
- zajęcia indywidualne - 200,00 zł
- zajęcia w grupie (od 4 do 8 osób) - 100,00 zł

Zapraszamy

CENNIK SZKOŁY PŁYWANIA „TREWAL” – ceny zawierają usługę wraz z wejściem na basen dla jednego uczestnika z wyjątkiem zajęć dla niemowlaków i rehabilitacji w wodzie

Powyższe ceny nie dotyczą oddawania obiektów sportowych w najem, dzierżawę lub użyczenie dla potrzeb organizacji zawodów, turniejów, koncertów, zgrupowań oraz innych imprez kulturalnych i sportowych.