**Korektivno vježbanje - umirovljenici**

|  |  |
| --- | --- |
| **Lokacija:** | Bazeni Velika Gorica |
| **Mjesto održavanja programa:** | BAZEN ZA NEPLIVAČE I ŠKOLU PLIVANJA 0,6 - 1,3 m. dubine temperatura vode 27 - 29°C |  |
| **Sudjeluju u programu:** | plivači |
| **Sati održavanja:** | 12:00 - 12:45 sati i 13:00 - 13:45 sati |
| **Dani održavanja:** | 2 X tjedno, utorak i četvrtak (osim blagdana)  3 X tjedno, ponedjeljak srijeda i petak (osim blagdana) |
| **Cijena programa mjesečno:** | 2x 80,00 kn 3x 100,00 kn |
| **Kapacitet programa:** | 10 do 15 korisnika po grupi |
| **Vođenje programa:** | stručni voditelj |

**Opis programa:**  
U programu mogu sudjelovati plivači jer se program odvija u malom bazenu.  
Namijenjen je svima koji imaju potrebu za rekreacijskim ili rehabilitacijskim vidom korektivnog vježbanja u vodi.  
   
**Cilj programa:**  
Voditelj provodi korektivne vježbe za poboljšanje općeg stanja, te vježbe prema individualnim potrebama.  
  
**Napomene:**  
Ako korisnik boluje od neke bolesti ili postoje neki drugi problemi koji se mogu manifestirati tijekom programa molimo da o tome prije prvog sata obavijestite voditelja.

* Program je potrebno uplatiti na blagajni bazena do 25. u mjesecu, za „stare“ korisnike.
* Nakon tog datuma, od 26. u mjesecu primaju se „novi“ korisnici, pa „starima“ ne možemo osigurati mjesto.
* Ne radimo za vrijeme vjerskih i državnih blagdana.