

**SZPZŁO WARSZAWA-TARGÓWEK**  
**KOMPLEKS BASENÓW**  
**REHABILITACYJNYCH „MUSZELKA”**  
 ul. Balkonowa 2, 03-329 Warszawa



## GIMNASTYKA W WODZIE USPRAWNIAJĄCA

### DLA DOROSŁYCH

**Gimnastyka dla osób które cierpią na bóle pleców,  
 kręgosłupa, stawów krzyżowo biodrowych,  
 bioder, kolan, stany zwyrodnieniowe**

TERMIN ZAJĘĆ	GODZINA	KOSZT
Wtorek i Sobota	19 <sup>15</sup> – 20 <sup>00</sup>	18 zł za zajęcia x ilość zajęć w m-cu
Wtorek i Sobota	20 <sup>00</sup> – 20 <sup>45</sup>	
Czwartek i Niedziela	19 <sup>15</sup> – 20 <sup>00</sup>	
Czwartek i Niedziela	20 <sup>00</sup> – 20 <sup>45</sup>	



*Karnet miesięczny – wielokrotność zajęć w miesiącu*

### DLA DZIECI

**Gimnastyka dla dzieci korygująca wady postawy  
 – stany wczesne (skoliozy, asymetrie, płaskostopie,  
 szpotawatości i koślawości kolan)**



TERMIN ZAJĘĆ	GODZINA	KOSZT
Wtorek i Sobota	17 <sup>45</sup> – 18 <sup>30</sup>	12 zł za zajęcia x ilość zajęć w m-cu
Wtorek i Sobota	18 <sup>30</sup> – 19 <sup>15</sup>	
Czwartek i Niedziela	17 <sup>45</sup> – 18 <sup>30</sup>	
Czwartek i Niedziela	18 <sup>30</sup> – 19 <sup>15</sup>	

*Karnet miesięczny – wielokrotność zajęć w miesiącu*

**ZAPISY tel. 22 674 10 68**  
**muszelka@basen-muszelka.pl**