

# AQUA PROGRAM

## Kdy:

pondělí:

- 15:30 – 16:30 hod
- 16:30 – 17:30 hod
- 17:30 – 18:30 hod
- 18:30 – 19:30 hod

čtvrtek:

- 16:30 - 17:30 hod
- 18:00 - 19:00 hod

**Kde:** ambulantní provoz rehabilitace Nemocnice Blansko

/suterén, prostor pod hlavním vestibulem polikliniky, teplota vody 30 °C, splněné hygienické podmínky/

## Skladba hodiny:

aerobní cvičení, posilování, strečink, relaxace, využití pomůcek – rukavice, činky, stepy, nudle ...

## Cvičitelky:

registrované fyzioterapeutky

## S sebou:

přezůvky, vhodné jsou jednoduché plavky, ručník, toaletní potřeby

## Cena:

80 Kč/hod /zahrnuje cenu šatny, zapůjčení vysoušeče vlasů/

**Permanentka na 10 vstupů = 700 Kč**

**Kontakt:** recepce rehabilitace, tel.: 516 838 355