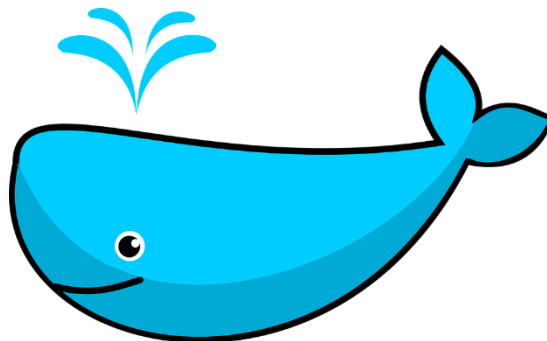


# Pondělní regenerační plavání



LTK Teplice organizuje regenerační – kompenzační plavání v Aquacentru v Teplicích pod vedením Bc. Zity Henychové pro děti PLAVCE od 9-ti let.

**KDY:** Začínáme od pondělí **30.9. – 16.12.2019**  
(11 – týdnů)

## ČASOVÝ PROGRAM:

**17.45hod.** Sraz ve vstupní hale – předání dětí

**18.00hod.** Začátek plaveckého tréninku

**19.00hod.** Konec plaveckého tréninku

**19.15hod.** Sraz ve vstupní hale – předání dětí

## NÁPLŇ PLAVECKÉHO TRÉNINKU:

- Regenerační plavání s pomůckami i bez nich
- Posilování proti odporu vody
- Regenerace

**Cena celkem:** 1.100,-Kč

**Veškeré informace:** Bc. Zita Henychová, tel. 602 838 676

**Poznámka:** Trenérka Mája se také bude účastnit regeneračního plavání, je tedy možnost se domluvit na odvozu z Letné.