Занятия по аквааэробике для беременных «Здоровая мама»

Расписание занятий по аквааэробике в бассейне (*расписание может меняться):

- **вторник 10:00**
- **пятница 12:00**

Инструктор Пухова Ксения Сергеевна
Запись возможна до 6 человек.

При записи на занятие информируем пациента:

- При себе иметь: купальник, сланцы, шапочку. При необходимости взять бутылку для воды.
- В клинике предоставляются: халат, полотенце, одноразовые тапочки и шапочка.
- Необходимо прийти за 30 минут до начала занятия (для принятия душа перед занятием и измерения артериального давления) и обратиться к администраторам 1 этажа для оформления документов.

Преимущества занятий по аквааэробике в ЦКЗ:

1. Сертифицированные инструкторы.
2. Температура от 28-30 градусов.
3. Четырехуровневая очистка воды. Чаша бассейна полностью очищается за 4 часа.
4. Глубина бассейна в трех уровнях: 1.20 м., 1.50 м. и 1.80 м.
5. Комфортные условия пребывания в клинике и высокий сервис:
   - предоставляется все необходимое: халат, полотенце, одноразовые тапочки, одноразовые шапочки;
   - в раздевалках имеются фены, мицеллярная вода и ватные диски для снятия макияжа; в душевых имеется гель для душа/шампунь;
   - на 1 и 2 этажах располагается комната, где Вы сможете отдохнуть после занятия (при необходимости). Вода в кулерах, чай.