



23 października - Dzień otwarty dla studentów w Com-Com Zone

2010-10-20

Aby promować aktywne spędzanie czasu wolnego wśród młodzieży akademickiej Com-Com Zone 23 października organizuje Dzień Otwarty dla Studentów. Wstęp na wszystkie zajęcia będzie bezpłatny (pływalnia, siłownia, sauna, boks, krav maga, fitness, joga, spinning, zajęcia taneczne, zumba, hala sportowa). Com-Com Zone przygotowało wiele atrakcji. W godz. 10.00-16.00 każdy student będzie mógł skorzystać z bezpłatnych porad dietetycznych i pomiaru składu ciała przeprowadzonych przez specjalistów z "Harmonii Ciała".

Centrum Rozwoju Com-Com Zone zaprasza również wszystkich do wzięcia udziału w akcji Męskie Czwartki i Babskie Piątki. W każdy trzeci czwartek i piątek miesiąca (21 i 22.X, 18 i 19.XI, 16 i 17.XII) za 5 zł będzie można skorzystać z wybranych aktywności.

Panów zapraszamy na zajęcia z: Boks, Krav Magi i Spinningu oraz na Siłownię, natomiast Panie na Spinning, Latino, Jogę, Zumbę oraz zajęcia Fitness (Body Shape, Fat Burning, Cardio Ball, BPU, Step, TBC, Pilates, Aerobic, Body Ball, Trening obwodowy). Przygotowano także bawialnię, w której maluchy za jedyne 5 zł będą mogły bezpiecznie spędzić czas pod czujnym okiem animatorów podczas gdy ich rodzice będą pracowali nad swoim ciałem i kondycją. Po każdym zajęciach wśród uczestników zostaną wylosowane nagrody, m.in. wejściówki na spektakle do Teatru Łącznia Nowa, bilety do Multikina, oraz bony promocyjne do Pizzerii Banolli. Chcielibyśmy zachęcić Państwa do aktywnego spędzania wolnego czasu w naszej placówce.

Centrum Rozwoju Com-Com Zone to nowoczesny obiekt sportowo-wychowawczy o powierzchni 6 tys. m², usytuowany w Nowej Hucie. Kompleks złożony jest z pływalni, hali sportowej, sal treningowych, znakomicie wyposażonej siłowni, sauny, części rekreacyjnej oraz przestrzeni na działalność edukacyjną i opiekuńczo-wychowawczą prowadzoną przez Młodzieżowy Ośrodek Rozwoju Społecznego (bezpłatną, specjalistyczną placówkę wsparcia dziennego dla dzieci i młodzieży), a także terapeutyczną prowadzoną przez Krakowski Instytut Psychoterapii.

Do Centrum Rozwoju Com-Com Zone można dojechać tramwajami nr 15 i 17 (należy wysiąść na przystanku "KS Hutnik"), a także autobusami linii 123, 153 i 174 do skrzyżowania Al. Jana Pawła II i ulic: Klasztornej, Ptaszyckiego oraz Bulwarowej, skąd do Com-Com Zone prowadzi alejka spacerowa. Na parkingu czekają także stanowiska rowerowe.

Szczegółowy program oraz informacje o każdej aktywności dostępne są na stronie www.comcomzone.pl. Obowiązują wcześniejsze zapisy na zajęcia (oprócz siłowni) pod numerem telefonu: 012 682 11 10.

PROGRAM DNIA OTWARTEGO

Babskie piątki

Męskie czwartki