

3 września organizujemy wydarzenie, które z racji ograniczeń pandemicznych nie mogło odbyć się w marcu, a na które czekacie – mamy taką nadzieję – jak na spotkanie z długo niewidzianą przyjaciółką.

Strefa Kobiet zaprasza od godziny 20.00 do 23:00 do przestrzeni Centrum Kultury i Rekreacji w Koziegłowach. Do wyłącznej dyspozycji Pań będą sale CKiR, baseny, sauny i siłownia.

Listę specjalistów, którzy tego dnia będą z nami:

- Pro Familia,
- Bemer terapia fizykalna – strefa regeneracji,
- MEDIMAR Marlena Biegańska – Gabinet zdrowia i kinezylogia stosowana,
- Studio Figura – maseczka parafinowa na dłonie,
- konsultantki marki kosmetycznej Jeunesse wraz fizjoterapeutą,
- konsultantki kosmeceutyków do pielęgnacji skóry twarzy i ciała Larens
- konsultantka dietetyczna Małgorzata Kurek
- I-KAR Centrum Chorób Serca i Układu Krążenia

Lista nie jest zamknięta i będzie się – jak zawsze – rozrastała! Jeśli uznasz, że masz coś do zaoferowania kobietom, swoim sąsiadkom, prowadzisz biznes, który może być tego dnia wypromowany – skontaktuj się z nami! Nad stroną organizacyjną czuwa Agnieszka Kamińska, a.kaminska@akwenczerwonak.pl, tel. 509 750 711.

Dodatkowo będziecie mogły, drogie Panie, skorzystać z sauny (pod czujnym okiem saunamistrza Przemysława Kwarty), zielonej łączki oraz basenów, które tego dnia będą wyłącznie dla Was. W wodzie odbywać się będą zajęcia z aqua zumby naprzemiennie z aqua aerobics.

Nie zabraknie zajęć lady styling i fitnessu: zdrowy kręgosłup, pilates, joga (prowadzonych równolegle w trzech salach).

A to nie koniec niespodzianek, które przygotujemy dla Was wspólnie ze sponsorami wydarzenia. Aby być na bieżąco śledźcie profil wydarzenia na [FB](#).

Bilety w cenie **35 zł** będzie można nabyć w kasach pływalni lub na naszej stronie internetowej od **9 sierpnia**.

Zakup biletów online odbywa się przez zakładkę "[STREFA KLIENTA](#)".

ROZKŁAD JAZDY

Start: godz. 20:00

CZĘŚĆ BASENOWA

HOL PŁYWALNI

- > DIETETYK MAŁGORZATA KUREK „DOBRY DIETETYK”
 - pomiar tkanki tłuszczowej, pomiar cukru
- > PROFAMILIA – profilaktyka piersi
- > ANNA PARADOWSKA – masaż KOBIDO
- > LARENS – KOLAGEN NATURALNY
- > JOANNA ORTEGA ESTARDA – stylistka, makijażystka
 - makijaż opadającej powieki
- > KOPERTÓWKA – doradczynie stylu
- > STREFA GASTRONOMICZNA

HALA BASENOWA

20:00-23:00 basen rekreacyjny, jacuzzi – ogólnodostępne

- > ANNA ZALEWSKA – aqua aerobik (basen aqua)
 - 20:10-20:30
 - 20:45-21:05
 - 21.20-21:40
 - 22.15-22.35

SAUNA

Seanse 15-minutowe plus pobyt w strefie wypoczynku

- > PRZEMYSŁAW KWARTA – SAUNAMISTRZ
 - 20:30-21:00 – I saunowanie
 - 21:15-21:45 – II saunowanie
 - 22:00- 22.30 – III saunowanie

SIŁOWNIA

20:00-23:00 doradztwo i trening z trenerem siłowni
– trening obwodowy

SZATNIA SIŁOWNI DAMSKIEJ

- > „MEDIMAR – GABINET ZDROWIA” MARLENA BIEGAŃSKA
 - masaże

CENTRUM KULTURY I REKREACJI

SALA WARSZTATOWA

- > EMILIA KARPIŃSKA JOGA ART
 - 20:10-20:30
 - 20:45-21:05
 - 21.20-21:40
 - 22.15-22.35

SALA WIDOWISKOWA (część ze sceną)

- > JUSTYNA GEMBIAK – TBC, FITNESS
 - 20:10-20:30
 - 20:45-21:05
 - 21.20-21:40
 - 22.15-22.35

SALA WIDOWISKOWA (część bez sceny)

- > ANITA FRANKIEWICZ – LADY STYLING
 - 20:10-20:30 BACHATA
 - 20:45-21:05 SALSA
 - 21.20-21:40 BACHATA

PRZESTRZEŃ EDUKACYJNA

- > PIOTR WYSOCKI – BTI STUDIO FIZYKOTERAPIA

HOL CKiR

- > IZA MALIK, MOJE SMAKI – owocowy drink bar bez grama alkoholu (samo zdrowie!)
- > STUDIO FIGURA – maseczka parafinowa na dłonie, limfodrenaż
 - > FOTOBUDKA
- > KLAUDIA FLAUM – MARKA JEUNESSE
 - doradztwo kosmetyczne
- > IKAR – CENTRUM CHOROŢB SERCA I UKŁADU KRAŻENIA
- > X-PATTERN – DORADCA STYLU SPORTOWEGO

strefa
kobiet

AKWEN

Zapraszamy!

Zobacz relację z poprzednich lat:

[Strefa Kobiet 2020 - relacja](#)

[Strefa kobiet 2019 - relacja](#)







BEZPŁATNE
KONSULTACJE
DIETETYCZNE





Gabinety lekarskie:
Kardiolog / Kardiochirurg
Chirurg naczyniowy / Angiolog
Diabetolog / Dietetyk



produkty stworzone
dla Młodości

JEUNESSE


LARENS
NATURE AND SCIENCE

LARENS
PROFESSIONAL LINE


**LIPOSOMAL
COLLAGEN**

Więcej niż kolagen

Pierwsze na świecie peptydy kolagenu w liposomach



PL



MEDIMAR GABINET ZDROWIA
MASAŻ & KINEZJOLOGIA STOSOWANA

MARLENA BIEGAŃSKA

DYPLOMOWANA MASAŻYSTKA
TERAPIA KINEZJOLOGICZNA

tel.: **570 745 039**

e-mail: Twojmasaz1@onet.pl

ul. Dębowa 6

62 004 Czerwonak



fb.com/Twojmobilmasaz