

FIZJOTERAPIA, ODNOWA BIOLOGICZNA, WELLNESS & SPA

Szczeciński Dom Sportu
ul. Wąska 16, 71-415 Szczecin, tel. 91 420 92 00 w. 3

L.P.	AKTYWNOŚĆ / ZABIEG / USŁUGA	ZAKRES WYKORZYSTANIA	CZAS	CENA
FIZJOTERAPIA / MASAŻ LECZNICZY				
1.	Kinezyterapia	trening medyczny	60 min.	180 zł
2.	Masaż (sportowy/ klasyczny/ tkanek głębokich – reset mięśniowy)	zabieg – forma konsultowana na wizycie z fizjoterapeutą / masażystą	60 min.	180 zł
3.	Terapia manualna (punkty spustowe/ rozluźnianie mięśniowe/ terapia blizn)	zabieg – forma konsultowana na wizycie z fizjoterapeutą / masażystą	60 min.	180 zł
4.	Terapia manualna – drenaż limfatyczny	zabieg	60 min.	180 zł
5.	Automatyczny drenaż limfatyczny- presoterapia przeciwobrzękowa (tułów, ręce, uda, łydki i stopy)	zabieg – 30 min. na 1 okolicę	1 zabieg 5 zabiegów ⁹⁾	60 zł 270 zł
6.	Wizyta fizjoterapeutyczna z diagnostyką (1 wizyta)	konsultacja	75 min.	230 zł
7.	Kinesiotaping	zabieg – cena dotyczy aplikacji na jedną okolicę, staw lub grupę mięśniową	w zależności od zabiegu	30 zł
FIZYKOTERAPIA				
8.	Fizykoterapia (ultradźwięki/ magnetoterapia/ laseroterapia/ elektroterapia)	zabieg – cena dotyczy jednej okolicy	1 zabieg 10 zabiegów ⁹⁾	20 zł 180 zł
9.	Fala uderzeniowa skupiona	zabieg – cena dotyczy jednej okolicy	1 zabieg 5 zabiegów ⁹⁾	90 zł 400 zł
10.	Fala uderzeniowa radialna	zabieg – cena dotyczy jednej okolicy	1 zabieg 5 zabiegów ⁹⁾	60 zł 270 zł
11.	Terapia radialna ukierunkowana - TR	zabieg – cena dotyczy jednej okolicy	1 zabieg 5 zabiegów ⁹⁾	90 zł 400 zł
12.	Masaż podwodny ręczny (hydroterapia)	zabieg	15 min.	90 zł
13.	Masaż podwodny (hydromasaż)	zabieg	15 min.	60 zł

SPA				
14.	Liftingujący masaż twarzy	zabieg	80 min.	190 zł
15.	Liftingujący masaż twarzy + masaż pleców	zabieg	120 min.	260 zł
16.	Masaż twarzy narzędziowy (kamienie gua sha, rolery)	zabieg	30 min.	80 zł
17.	Relaksacyjny masaż stóp	zabieg	30 min.	80 zł
18.	Relaksacyjny masaż głowy	zabieg	30 min.	80 zł
19.	Masaż bańkami chińskimi	zabieg	30 min. 60 min.	90 zł 160 zł
20.	Masaż regeneracyjny	zabieg	30 min. 60 min.	80 zł 160 zł
SIŁOWNIA / SAUNA / FITNESS				
21.	Siłownia ogólna	wynajem dla grup wynajem dla grup wejście jednorazowe karnet: 4 wejścia 4) karnet: 12 wejść 4) karnet miesięczny 4)	45 min 1 godz. bez ograniczeń 20 zł bez ograniczeń 80 zł bez ograniczeń 110 zł bez ograniczeń 140 zł	180 zł 240 zł 20 zł 80 zł 110 zł 140 zł
22.	Siłownia specjalistyczna	wynajem dla grup wynajem dla grup	45 min. 1 godz.	90 zł 120 zł
23.	Sauna	wejście jednorazowe wynajem grupy do 10 osób karnet 12 h 4)	1 godz. 1 godz. 720 minut	20 zł 150 zł 180 zł
24.	Siłownia ogólna + Sauna	wejście jednorazowe karnet: 4 wejścia 4) karnet: 12 wejść 4)	bez ograniczeń bez ograniczeń bez ograniczeń	35 zł 130 zł 240 zł
25.	Zajęcia fitness - czas trwania 60 min.	wejście jednorazowe karnet: 4 wejścia 4) 4 wejścia 4) seniorzy 7) 8 wejść 4) 8 wejść 4) seniorzy 7) 12 wejść 4) 12 wejść 4) seniorzy 7)	1 zajęcia 4 zajęcia 4 zajęcia 8 zajęć 8 zajęć 12 zajęć 12 zajęć	30 zł 80 zł 60 zł 150 zł 130 zł 210 zł 180 zł
26.	Zajęcia fitness - czas trwania 40 min.	wejście jednorazowe karnet: 4 wejścia 4) 8 wejść 4) 12 wejść 4)	1 zajęcia 4 zajęcia 8 zajęć 12 zajęć	20 zł 70 zł 140 zł 180 zł
27.	Zajęcia fitness + siłownia ogólna	karnet miesięczny 4)	bez ograniczeń	230 zł
28.	Trening personalny 8)	pierwsza konsultacja indywidualny pakiet – 3 treningi 9) pakiet – 5 treningów 9) pakiet – 10 treningów 9)	1 godz. 1 godz. 3 godz. 5 godz. 10 godz.	180 zł 160 zł 450 zł 750 zł 1 440 zł
29.	Trening siłowy dla par 8)	pierwsza konsultacja indywidualny pakiet – 3 treningi 9) pakiet – 5 treningów 9) pakiet – 10 treningów 9)	1,5 godz. 1 godz. 3 godz. 5 godz. 10 godz.	300 zł 220 zł 630 zł 1 030 zł 1 980 zł

4) Karnet: 12h/ miesięczny /4 wejścia/ 8 wejść/ 12 wejść:

a) ważność karnetu:

- karnet 12 h - do wykorzystania w ciągu 60 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- miesięczny - do wykorzystania w ciągu 30 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- 4 wejścia - do wykorzystania w ciągu 30 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- 8 wejść - do wykorzystania w ciągu 60 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- 12 wejść - do wykorzystania w ciągu 90 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,

b) pierwsze wejście winno nastąpić w terminie 60 dni kalendarzowych od dnia dokonania zakupu karnetu,

c) opłata za wydanie karnetu 15 zł - zwrot na podstawie dowodu zakupu,

d) wejścia niewykorzystane przepadają z chwilą utraty ważności karnetu.

7) Po okazaniu ważnej Szczecińskiej Karty Seniora wydanej na podstawie Uchwały Nr XXI/588/12 Rady Miasta Szczecin z dnia 16 lipca 2012 r. w sprawie wprowadzenia na terenie miasta Szczecin programu SZCZECIN PRZYJAZNY RODZINIE oraz o zmianie innych uchwał (Dz. Urz. Województwa Zachodniopomorskiego z 2012 r. poz. 1852, z 2013 r. poz. 179, poz. 2860 i poz. 4535, z 2014 r. poz. 391. oraz z 2015 r. poz. 3145).

8) Osoba uczestnicząca w treningu personalnym zobowiązana jest do zakupu/posiadania ważnego biletu wstępu, do miejsca, w którym odbywać będzie się trening.

9) Ważność pakietów:

1) treningowych:

- a) pakiet 3 treningów personalnych – do wykorzystania w ciągu 30 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- b) pakiet 5 treningów personalnych – do wykorzystania w ciągu 60 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- c) pakiet 10 treningów personalnych – do wykorzystania w ciągu 90 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,

2) usług fizjoterapeutycznych:

- a) pakiet 5 zabiegów – do wykorzystania w ciągu 90 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,
- b) pakiet 10 zabiegów – do wykorzystania w ciągu 90 dni kalendarzowych od dnia pierwszego wejścia,

3) pierwsze wejście winno nastąpić w terminie 60 dni kalendarzowych od dnia dokonania zakupu ww. pakietów,

4) pakiety niewykorzystane przepadają z chwilą upływu terminu ważności pakietu.