



# Men's & Women's

## Swimming Training Packages

### پکیج آموزش شنا - بزرگسالان

(تا دو نفر همزمان با تمرینات اختصاصی برای هر نفر - طول دوره ۳۵ روز)

پکیج عضویت آموزش شنا در "حس خوب زندگی"، تجربه‌ای استثنایی از یادگیری و تقویت مهارت‌های شنا را در اختیار شما قرار می‌دهد. با استفاده از مربیان با تجربه و با استفاده از روش‌های مدرن، کمک می‌کنیم تا در یک محیط بسیار سالم و مطمئن و در استخر با آبی به شفافیت الماس و پاکی بیشتر از آب آشامیدنی، با اعتماد به نفس کامل در آب پیشرفت کنید. پکیجهای آموزش شنا بگونه‌ای طراحی شده‌اند تا برای تمام سطوح مناسب باشند؛ از مبتدی تا پیشرفته.

در این پکیج، شما علاوه بر حضور در کلاسهای یک ساعته یادگیری فنون شنا یا بهبود و اصلاح تکنیک‌های یادگرفته پیشین خود، می‌توانید همانند سایر اعضاء، قبل و یا بعد از کلاس، به سایر خدمات و امکانات بخش آبی مجموعه دسترسی نامحدود خواهید داشت.

۱۲ جلسه ای \_\_\_\_\_ ۱۶,۲۰۰,۰۰۰ تومان

۸ جلسه ای \_\_\_\_\_ ۱۲,۰۰۰,۰۰۰ تومان

### پکیج آموزش شنا - کودکان (۳ تا ۱۰ سال)

(تا دو نفر همزمان با تمرینات اختصاصی برای هر نفر - طول دوره ۳۵ روز)

این برنامه با تمرکز بر حفظ آرامش جسمی و روانی کودکان، فضایی امن و شاداب را فراهم می‌کند که کودکان بتوانند در آن با اعتماد به نفس، مهارت‌های اولیه شنا را یاد بگیرند. مربیان مجرب و مهربان ما با رویکردی بازی‌محور، به کودکان کمک می‌کنند تا به تدریج با آب دوست شده و به شنا علاقه‌مند شوند. این پکیج علاوه بر تقویت سلامت جسمی و تقویت عضلات، به رشد مهارت‌های اجتماعی و افزایش تمرکز و اعتماد به نفس کودکان کمک می‌کند. "حس خوب زندگی" با رعایت کامل اصول بهداشتی، ایمنی و آموزشی، محیطی ایده‌آل برای آموزش شنا به فرزندان شما فراهم کرده است.

۸ جلسه ای \_\_\_\_\_ ۷,۰۰۰,۰۰۰ تومان

پکیج آموزش کودکان، تنها بصورت آموزش یک ساعته بوده و شامل استفاده از سایر خدمات نمی‌شود.

#### ساعات و روزهای استفاده بانوان

روزهای زوج: ۱۰:۰۰ الی ۱۵:۰۰

یکشنبه تا سه‌شنبه: ۰۶:۳۰ الی ۱۵:۰۰

پنجشنبه: ۱۰:۰۰ الی ۱۹:۰۰

#### ساعات و روزهای استفاده آقایان

شنبه، دوشنبه و چهارشنبه (صبح): ۰۶:۰۰ - ۰۹:۳۰

شنبه تا چهارشنبه (عصر): ۱۶:۰۰ - ۲۱:۰۰

جمعه: ۱۰:۰۰ - ۱۹:۰۰