

NOWOŚĆ W K2 ARENA

1. Zmiany w zapisach na zajęcia
2. Wprowadzamy Sekcje
3. Zmiana cennika

Drodzy Klubowicze,

1. Pracujemy nad zmianą aktualnego systemu zapisywania się na zajęcia. Wiecie Państwo, że dostępna jest już aplikacja, za pomocą której można zapisywać się na zajęcia. Kolejnym krokiem, który planujemy wprowadzić jest umożliwienie zapisów na dany dzień już 7 dni wcześniej, a nie jak teraz - czyli rozpoczęcie zapisów w każdy poniedziałek. Takie działanie rozładuje poniedziałkowy korek i uruchamiamy ten mechanizm już od 14 kwietnia.

2. Z przyjemnością informujemy, że w K2 Arena **uruchamiamy stałe sekcje treningowe** z zakresu: Fitness, Jogi i Indoor Cycling! Sekcje startują od 01 maja a zapisy na nie od 14 kwietnia.

To doskonała propozycja dla osób, które chcą trenować regularnie, w stałej grupie i pod okiem doświadczonych instruktorów.

Dlaczego Sekcje ?

- ✓ **Sekcje są szansą na zlikwidowanie różnic w dostępie do zajęć. Do tej pory byli tacy, którzy w ramach karnetu zapisywali się na wszystko i tacy, dla których brakowało miejsc na interesujące ich zajęcia.**

Dlaczego warto do nich dołączyć ?

- ✓ **Gwarancja miejsca na zajęciach – bez potrzeby każdorazowych zapisów, bez ryzyka, że się „nie załapiesz”. Jedną nieobecność w miesiącu można „odrobić” na innych zajęciach – obowiązkowe zapisy standardowym sposobem,**
- ✓ **Spójny program treningowy, dostosowany do poziomu grupy,**
- ✓ **Lepsze efekty dzięki systematyczności i kontynuacji pracy,**
- ✓ **Motywacja płynąca z energii stałej grupy,**
- ✓ **Możliwość monitorowania postępów,**
- ✓ **Bezpieczne i komfortowe warunki – kameralna atmosfera i indywidualne podejście,**
- ✓ **Atrakcyjna cena zajęć w ramach Sekcji,**
- ✓ **Preferencyjne terminy zakupu karnetów na Sekcje – od 01 do 14 dnia miesiąca poprzedzającego zakup możliwy tylko dla aktualnych posiadaczy takiego karnetu. Później karnet może kupić każdy – o ile będą dostępne miejsca,**
- ✓ **Kupując karnet dokonujesz płatności za cały miesiąc.**

Promocja na dobry początek:

- ✓ **Jeżeli kupiłeś karnet na sekcje w maju i czerwcu (2025), to karnety „Wczesna 12-tka” w wakacje (lipiec, sierpień) kupisz za 1 zł !**

3. Wprowadzenie sekcji oznacza konieczność wprowadzenia stosownych zmian w cenniku. Oprócz nowych pozycji nadszedł czas na waloryzację, której nie było od początku roku. Dodatkowo z cennika znikają pewne pozycje, gdyż zależy nam na jego uproszczeniu i ujednoliceniu.

NOWY CENNIK ZAJĘĆ

od 14.04.2025

Sekcje startują od maja

Fitness, Joga, Indor Cycling (Rowery)

	Cena	Konieczność zapisów	Gwarantowane miejsca na zajęciach	Preferencyjny termin zakupu
Zajęcia 1 Wejście Fitness / Joga / Rowery	38 zł	✓	✗	✗
Zajęcia 5 wejście Fitness (5 wejść na 6 tygodni)	150 zł (30zł/zajęcia)	✓	✗	✗
Zajęcia 5 wejść Joga (5 wejść na 6 tygodni)	180 zł (36zł/zajęcia)	✓	✗	✗
Zajęcia 5 wejść Rowery (5 wejść na 6 tygodni)	180 zł (36zł/zajęcia)	✓	✗	✗
Sekcja Zajęcia Fitness	25 zł / zajęcia	✗	✓	✓
Sekcja Zajęcia Joga	35 zł / zajęcia	✗	✓	✓
Sekcja Zajęcia Rowery	35 zł / zajęcia	✗	✓	✓
Sekcja Zajęcia Medytacja	50 zł / zajęcia	✗	✓	✓
Sekcja Face Joga	60 zł / zajęcia	✗	✓	✓

Z cennika znikają karnety OPEN, które dawały możliwość zapisywania się na dowolne zajęcia.

Z tych karnetów można korzystać do końca kwietnia a także - do czasu ich wygaśnięcia - na zajęcia w ramach sekcji – zapisując się na „starych zasadach” oczywiście w ramach wolnych miejsc.

Jakie zajęcia zostaną objęte SEKCJĄ?

- **Fitness**

1. Gosia Karwasiecka Zdrowy Kręgosłup (pon. 17:00 – 17:50),
2. Gosia Karwasiecka Pilates płaski brzuch (środa 17:00 – 17:50)
3. Kasia Góralna – Włodarczyk Pump & Tone (Pt 18:00 – 18:50)
4. Kasia Góralna – Włodarczyk Pump & Cardio (Sb 10:00 – 10:50)

- **Joga**

1. Gosia Błońska Joga Vinyasa poz. średni (pn 20:00 – 20:50)
2. Gosia Błońska Joga Vinyasa (śr. 9:00 – 9:50)
3. Gosia Błońska Joga Vinyasa (pt. 9:00 – 9:50)
4. Agata Goryszewska, Gosia Błońska Joga Hatha Vinyasa (początkujący) (pt. 17:00 – 17:50)

Godzina zajęć	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
9:00 – 9:50		Rozciąganie i Mobilność Gosia Błońska	Joga Vinyasa Gosia Błońska		Joga Vinyasa Gosia Błońska	TRX + Cross Grzesiek Miedziński	
13:00 – 13:50	Medytacja Magda Chrostowska					10:00 – 10:50 Pump & Cardio Katarzyna Góralna Włodarczyk	
17:00 – 17:50	Zdrowy Kręgosłup Gosia Karwasiecka (duża sala)		Pilates płaski brzuch Gosia Karwasiecka	Pilates Kasia Rutkowska (duża sala) ----- Joga neuro Yin Agata Goryszewska (mała sala)	Joga Hatha Vinyasa (Początkujący) Agata G./Gosia B.		
18:00 – 18:50	TBC Ania Madej	Joga Regeneracyjna Yin Agata Goryszewska	Zdrowy Kręgosłup Kasia Rutkowska	BUP Gosia Karwasiecka (duża sala) ----- Joga Vinyasa Hatha Agata Goryszewska (mała sala)	Pump & Tone Kasia Góralna – Włodarczyk ----- Medytacja Magda Chrostowska		18:30 – 19:20 Fit & Pump Maciek Rykała
19:00 – 19:50	Step Ania Madej	Turbowzmacnianie Gosia Adamska (Duża sala) ----- Zdrowy kręgosłup + stretching Gosia Karwasiecka (mała sala)	BUP & Shape Ania Madej	Zdrowy kręgosłup + stretching Gosia Karwasiecka			
20:00 – 20:50	Joga Vinyasa ŚREDNI Gosia Błońska	Pilates płaski brzuch Gosia Karwasiecka	Fit & Flow Maciej Rykała (duża sala) ----- Joga wellness Grażyna Musz (mała sala)	TRX + Cross Grzesiek Miedziński			

- **Indoor Cycling**

1. Paweł Kadłubowski K2 Cycling Fun (pn 19:00 – 19:50)
2. Paweł Kadłubowski K2 Cycling Fun (pn 20:00 – 20:50)
3. Kasia Góralna – Włodarczyk K2 Cycling Fun (pn 18:00 – 18:50)
4. Asia Rykała K2 Cycling Fun (śr 19:00 – 19:50)
5. Asia Rykała K2 Cycling Fun (czw 17:00 – 17:50)
6. Kasia Góralna – Włodarczyk (czw. 19:00 – 19:50)
7. Paweł Kadłubowski K2 Cycling Fun (pt 19:00 – 19:50)

Godzina zajęć Easy/Fun/Power	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
6:10 – 7:00			Hello Morning! Kasia Wrześniak FUN		Hello Morning! Kasia Wrześniak FUN		
17:00 – 17:50	K2 Cycling Fun Marta Krupska FUN/POWER	K2 Cycling Fun Witek Tarapata FUN	K2 Cycling Fun Witek Tarapata FUN	K2 Cycling Fun Asia Rykała EASY			
18:00 – 18:50	K2 Cycling Fun Kasia Góralna Włodarczyk FUN	K2 Cycling Fun Witek Tarapata FUN	K2 Cycling Fun Iza Korgól – Obuch POWER	K2 Cycling Fun Marta Krupska FUN/POWER			
19:00 – 19:50	K2 Cycling Fun Paweł Kadłubowski FUN/POWER	K2 Cycling Fun Bartek Hałasa POWER	K2 Cycling Fun Asia Rykała FUN	K2 Cycling Fun Kasia Góralna Włodarczyk POWER	K2 Cycling Fun Paweł Kadłubowski FUN/POWER		19:30 – 20:20 K2 Cycling Fun Maciek Rykała FUN
20:00 – 20:50	K2 Cycling Fun Paweł Kadłubowski FUN/POWER	K2 Cycling Fun Bartek Hałasa POWER		K2 Cycling Fun Bartek Hałasa POWER			

Jak dołączyć?

1. Zgłoś chęć udziału w recepcji – zapisz się na listę! Wybierasz Sekcję, w której chcesz uczestniczyć z wybranej grupy zajęć,
2. Dokonaj opłaty za udział w sekcji,
3. Podpisz regulamin i oświadczenie o braku przeciwwskazań zdrowotnych.

Liczba miejsc w każdej sekcji jest ograniczona – obowiązuje kolejność zapisów.

Nie czekaj – dołącz do wybranej sekcji i trenuj z nami w nowej, jeszcze lepszej formule!

Regulamin Sekcji K2 Arena

1. Warunki uczestnictwa

Uczestnictwo w Sekcji K2 Arena jest możliwe wyłącznie po:

- akceptacji Regulaminu Obiektu Sportowego K2 Arena 2.0,
- dokonaniu zapisu do sekcji.

2. Płatności

- Uczestnikiem sekcji może zostać osoba, która dokonała zapisu oraz uiściła opłatę za zajęcia,
- Opłaty za zajęcia sekcji są pobierane z góry, przed rozpoczęciem pierwszych zajęć danego miesiąca,
- Płatności należy dokonać w recepcji Klubu K2 Arena 2.0 gotówką, kartą płatniczą,
- Nie ma możliwości dokonywania opłat za pojedyncze zajęcia,
- Brak płatności do 15-tego dnia miesiąca poprzedzającego może skutkować utratą miejsca w sekcji gdyż to miejsce w sekcji wraca do „puli” i jest dostępne dla wszystkich.

3. Charakter opłaty

- Opłata za udział w sekcji jest opłatą miesięczną, ustalaną przez K2 Arena,
- Opłata nie podlega zwrotowi w przypadku nieobecności uczestnika na zajęciach.

4. Zasady uczestnictwa

- Osoba zapisująca się do sekcji otrzymuje prawo do udziału w zajęciach **bez konieczności dodatkowych zapisów** – obowiązuje stały termin zgodnie z harmonogramem danej grupy,
- Zapis do sekcji gwarantuje stałe miejsce w grupie treningowej przypisanej do konkretnego dnia i godziny.

5. Nieobecności i odrabianie zajęć

- Jest możliwość odrobienia jednej nieobecności w miesiącu na innych zajęciach spoza przypisanej sekcji pod warunkiem dostępności miejsc.

6. Rezygnacja z uczestnictwa

- Rezygnację z uczestnictwa w sekcji należy zgłosić najpóźniej na 7 dni przed rozpoczęciem nowego miesiąca kalendarzowego,
- Brak zgłoszenia rezygnacji w wyznaczonym terminie skutkuje **OBOWIĄZKIEM** pełnej opłaty za kolejny miesiąc.

7. Zastrzegamy sobie prawo odwołania zajęć w uzasadnionych sytuacjach. W święta i dni ustawowo wolne od pracy zajęcia nie odbywają się.

8. W przypadku nieobecności Instruktora Zajęcia w ramach sekcji prowadzi Instruktor wyznaczony na zastępstwo.

Oświadczenie uczestnika

Ja, niżej podpisany/a, oświadczam, że:

- zapoznałem/am się z powyższym regulaminem sekcji i w pełni go akceptuję,
- nie posiadam przeciwwskazań zdrowotnych do udziału w wybranych zajęciach
- biorę udział w zajęciach na własną odpowiedzialność i jestem świadomy/a intensywności aktywności fizycznej
- zobowiązuję się do przestrzegania zasad bezpieczeństwa i zaleceń trenera prowadzącego.

Imię i nazwisko uczestnika:

Data:

Podpis:

CENNIK

od 14.04.2025

Ścianka		
Wejście jednorazowe	N: 38,00	U: 32,00
5 wejść / 6 tygodni	N: 150,00	U: 125,00

Karnet Open/m-c	N: 225,00	U: 190,00
Karnet wczesna dwunastka	N: 150,00	U: 125,00

Wprowadzenie start		15,00
Wypożyczenie:		
butów/uprząży/butów i uprząży	15,00 / 10,00 / 22,00	
liny		15,00

Indywidualne zajęcia z instruktorem (1h) ¹		120,00
Indywidualne zajęcia dodatkowa osoba		50,00

Grupa zorganizowana ² 1h /osobę		35,00
Grupa zorganizowana 2h /osobę		45,00
URODZINY minimum 6 osób	390,00	55,00 każda dodatkowa

Siłownia		
Wejście jednorazowe	N: 30,00	U: 25,00
Karnet Open/m-c	N: 180,00	U: 150,00
Karnet wczesna dwunastka	N: 120,00	U: 100,00

Wynajem sali imprezy/szkolenia (własna łazienka, szatnia, taras)	150zł/2h, Catering za min. 1000zł – sala za darmo	
--	---	--

Fitness	
Wejście jednorazowe	38,00
5 wejść / 6 tygodni	150,00

Joga / K2 Cycling Fun	
Wejście jednorazowe	38,00
5 wejść / 6 tygodni	180,00

Sekcje ³	
Fitness	25zł/zajęcia
Joga	35zł/zajęcia
Indoor Cycling	35zł/zajęcia
Medytacja	50zł/zajęcia
Face Joga	60zł/zajęcia

Sauna / 60min	
1 osoba	50,00
2 osoby	75,00
na wyłączność	100,00

Sauna dostępna pn-pt 15:00 – 21:00 sb-nd 10:00 – 20:00 Obowiązuje rezerwacja w recepcji	
--	--

Wynajem sali jogi, fitness ⁴	200zł/2h
Wynajem sali rowerowej ⁴	350zł/2h

Wejściówki i karnety ulgowe sprzedawane za okazaniem ważnej legitymacji szkolnej lub studenckiej oraz dla osób 65+

Wczesna dwunastka - wejście do godziny 12, wyjście do godziny 14, również w soboty i niedziele

¹ Cena podana bez uwzględnienia kosztu wejściówki

² Cena zawiera uprząż i opiekę indywidualnego instruktora, wymagana wcześniejsza rezerwacja terminu. Grupa to co najmniej 10 osób

³ Nowość - Karnety dostępne od 01 maja 2025. Obowiązuje opłata za miesiąc z góry do 15-tego dnia miesiąca poprzedzającego. Wysokość opłaty uzależniona od liczby sekcji, ceny zajęć w sekcji, liczby zajęć w miesiącu.

⁴ Dla naszych instruktorów mamy specjalne rabaty.