

- [Przejdź do menu](#)
- [Przejdź do treści](#)
- [Przejdź do wyszukiwarki](#)
- [Mapa strony](#)

[Przejdź do początku strony](#)

[Strona główna](#)

- [o H₂Ostróg](#)menu
- [cennik](#)
- [galeria](#)
- [promocje](#)
- [oferta](#)
- [kontakt](#)

[BiP Racibórz wersja kontrastowa](#)

- [zmniejsz rozmiar tekstu](#)
- [ustaw domyślny rozmiar tekstu](#)
- [zwiększ rozmiar tekstu](#)
- [ČESKY](#)

wyszukaj w serwisie [szukaj](#)

O h2o

- [Aktualności](#)
- [Kalendarz wydarzeń](#)
- [Parametry wody](#)
- [Orientacyjny harmonogram rezerwacji torów](#)
- [Deklaracja Dostępności](#)

Na skróty/Ważne linki

- [Strefa relaksu](#)
- [Strefa zabawy](#)
- [Cennik](#)

Newsletter

Jeśli chcesz otrzymywać aktualne informacje z witryny, dodaj swój adres e-mail

Twój e-mail

[Strona główna](#) / [O h2o](#) / [Aktualności](#)

07

paź

Pływanie Szkrabów



Czy wiesz, że...

pływanie niemowląt wspomaga ich rozwój psycho-fizyczny oraz stymuluje rozwój zmysłów. Maluchy w wodzie znacząco poprawiają koordynację ruchów i siłę pracy mięśni oraz regulują oddech.

Zajęcia na basenie H2Ostróg odbywają się w każdy poniedziałek, w godzinach od 17.30 do 18.30. Zajęcia prowadzone są w cyklu dziesięciu spotkań

PS. Pierwsze zajęcia wprowadzające są bezpłatne, jednak należy się wcześniej zapisać.

Więcej informacji można uzyskać pod numerem telefonu 696616016 lub na stronie www.plywanieszkrabow.pl

[wszystkie](#)

[drukuj](#) [zapisz jako pdf](#) Redagował: anna koza 2015-10-07 11:40:08

- 32 415 48 09
- 32 415 37 17
- [Mail](#)
- [Facebook](#)

Ośrodek Sportu i Rekreacji

ul. Zamkowa 4, 47-400 Racibórz Godziny otwarcia: pon.-piątek: 6.00 - 22.00

sobota-niedziela: 8.00 - 20.00

- [O h₂o](#)
- [cennik](#)
- [galeria](#)
- [promocje](#)
- [oferta](#)
- [kontakt](#)
- [mapa witryny](#)

Projektowanie stron: IntraCOM.pl