

- [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](#)

03

gru

Wspaniałe Mikołajki w H2Ostróg!!!



Ośrodek Sportu i Rekreacji zaprasza na Mikołajkowy Weekend z H2Ostróg! Już 6 i 7 grudnia dla naszych najmłodszych użytkowników, ale nie tylko, przygotowaliśmy wiele atrakcji, które zdecydowanie umilą pobyt w H2Ostróg, a przede wszystkim pozwolą aktywnie wypocząć i się zrelaksować!

Sobota 6.12.2014r.

- 11.00-12.00 - Nauka pływania dla dzieci pod okiem wykwalifikowanego instruktora
- 12.00-13.00 - Gry i zabawy w wodzie prowadzone przez uśmiechniętego animatora
- 13.00-14.00 - „Aqua Aerobik Kids” czyli ćwiczenia na wesoło prowadzone przez naszą radosną instruktorkę
- 15.30-17.00 - „Wyścigi parami na wodnych torach przeszkód”
W wyścigu może wystąpić dowolna dwójka (para) np.: rodzic - dziecko, rodzeństwo, dziadek - wnuk, chłopak-dziewczyna itd. Śmiech i wiele zabawy gwarantowane!
- 17.00-19.00 - „Bicie rekordów H2Ostróg” w pływaniu na dystansie 50 metrów
Każdy choć na chwilę może stać się rekordzistą obiektu! Wystarczy zgłosić się do konkurencji, wejść do wody i przepłynąć 50 metrów dowolnym stylem w jak najkrótszym czasie.

Niedziela 7.12.2014r.

- 11.00-14.00 - Kajaki w H2Ostróg - zabawa, która już podczas pierwszej prezentacji w H2Ostróg kilka miesięcy temu cieszyła się ogromną popularnością! Na czterech torach dużego basenu będzie można poznać tajniki pływania kajakami, spróbować popływać samemu czy obejrzeć pokazy kajakarzy profesjonalistów oraz zabawić się kajak polo!
- 11.00-12.00 - Nauka pływania - kolejne zajęcia dla dzieci pod okiem instruktora
- 12.00-13.00 - Gry i zabawy w wodzie prowadzone przez animatora
- 14.30-17.30 - „Bicie rekordów H2Ostróg” w pływaniu na dystansie 50 metrów
Każdy choć na chwilę może stać się rekordzistą obiektu! Wystarczy zgłosić się do konkurencji, wejść do wody i przepłynąć 50 metrów dowolnym stylem w jak najkrótszym czasie.

Aby wziąć udział w przygotowanych przez H2Ostróg atrakcjach wystarczy wykupić wejściówkę na basen. Uczestnictwo w samych zajęciach jest już bezpłatne! Jedynym warunkiem skorzystania z atrakcji są chęci do aktywnego wypoczynku oraz uśmiech na twarzy :)
ZAPRASZAMY!!! :)

P.S. Na naszych najmłodszych uczestników zajęć i atrakcji czeka słodki, Mikołajkowy, upominek :)

[wszystkie](#)

[drukuj](#) [zapisz jako pdf](#) Redagował: Krzysztof Borkowski 2014-12-03 22:25:19

- 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](#)