

# INFORMATOR

**FAMILY LIFE**  
**SZKOŁA PŁYWANIA**



Pływalnia Aqua Relaks  
Pływalnia Hirszfelda



**PLYWANIEDLADZIECI.PL**



## INFORMACJE ORGANIZACYJNE

- prosimy o przybycie minimum **15 minut przed zajęciami**
- imienne karnety wejściowe, obowiązujące przez cały semestr zostaną wysłane w formie elektronicznej na adres email
- karnet upoważnia do wejścia na pływalnię bez dodatkowych opłat dla osób korzystających z zajęć grupowych i indywidualnych



- czas pobytu w strefie basenowej
  - \* 1 godzina - dla zajęć trwających 30 minut
  - \* 1,5 godziny - dla zajęć trwających 60 minut
- przez bramkę kasy basenu można przejść najwcześniej 15 minut przed godziną rozpoczęcia zajęć
- miejsce zbiórki na pływalni wyznacza tabliczka z logo Szkoły Pływania Family Life oraz napisem „**REZERWACJA**”



- prosimy o przyprowadzenie dzieci na halę basenową **5 minut** przed rozpoczęciem zajęć tak, aby lekcje rozpoczynały się punktualnie
- rodzic może wejść do szatni oraz wprowadzić dziecko na halę basenową bez konieczności kupienia biletu na maksymalnie **20 minut**
- zajęcia można obserwować z trybuny, która znajduje się nad basenem
- po zajęciach prosimy o punktualne odebranie dziecka od instruktora





## JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO ZAJĘĆ?

Woda to zupełnie inne środowisko, z którym trzeba się oswoić.

By od pierwszych zajęć czuć się swobodnie należy zadbać, by nasze pociechy były dobrze do nich przygotowane :)

## CO ZABRAĆ NA BASEN?

1. **Wygodny strój kąpielowy** (nie może być za luźny, by nie zsuwał się podczas wodnych harców i skoków do wody / slipki do pływania przylegające do ciała, najlepiej wiązane na sznurek - nie spodenki (luźne spodenki ograniczają komfort pływania).
2. **Okularki pływackie** – prosimy by nie była to maska zakrywająca nos, gdyż utrudnia ona naukę wypuszczania powietrza pod wodą. Okulary są wymagane od pierwszych zajęć. Gwarantują swobodę podczas nurkowania, delikatnych chlapnięć wodą po buzi oraz zapewniają płynne przeprowadzenie zajęć.
3. **Czepek** - na basenach, na których uczymy pływać jest on obowiązkowy.
4. **Ręcznik** - zostawiamy go na ławce na pływalni, by po zajęciach od razu się nim okryć, unikając wychłodzenia.
5. **Kłapki basenowe** - dla najmłodszych najbezpieczniejsze będą kłapki z zabezpieczeniem pięty, by stopa nie wysuwała się z klapka.
6. **Przybory toaletowe** - płyn do kąpieli, ewentualnie szampon do włosów. Ważne, by zabierać również ze sobą krem do twarzy, chroniący przed wysuszeniem po kontakcie z chlorem.
7. **Dobry humor**





# TERMINARZ ZAJĘĆ GRUPOWYCH

w roku szkolnym

2026  
2027

semestr zimowy



- dni, w których odbywają się zajęcia
- dni wolne od zajęć

## 2026 | Wrzesień

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 31  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |
| 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  |
| 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  |
| 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  |
| 28  | 29  | 30  | 1   | 2   | 3   | 4   |
| 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  |

## 2026 | Październik

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 28  | 29  | 30  | 1   | 2   | 3   | 4   |
| 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  |
| 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  |
| 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  |
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  | 1   |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |

## 2026 | Listopad

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  | 1   |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  |
| 30  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |

## 2026 | Grudzień

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 30  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |
| 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  |
| 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  |
| 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  |
| 28  | 29  | 30  | 31  | 1   | 2   | 3   |
| 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |

## 2027 | Styczeń

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 28  | 29  | 30  | 31  | 1   | 2   | 3   |
| 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |
| 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  |
| 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  |
| 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |





# TERMINARZ ZAJĘĆ GRUPOWYCH

w roku szkolnym 2026  
2027

semestr letni



- dni, w których odbywają się zajęcia
- dni wolne od zajęć

2027 | Luty

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
| 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
| 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |

2027 | Marzec

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
| 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
| 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
| 29  | 30  | 31  | 1   | 2   | 3   | 4   |
| 5   | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |

2027 | Kwiecień

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 29  | 30  | 31  | 1   | 2   | 3   | 4   |
| 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  |
| 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  |
| 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  |
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 1   | 2   |
| 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   |

2027 | Maj

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 1   | 2   |
| 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   |
| 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  |
| 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  |
| 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  |
| 31  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |

2027 | Czerwiec

| pon | wto | śro | czw | pią | sob | nie |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 31  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |
| 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  |
| 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  |
| 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  |
| 28  | 29  | 30  | 1   | 2   | 3   | 4   |
| 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  |





# INFORMATOR

## NIEOBECNOŚCI

O nieobecnościach należy informować **minimum 24 godziny przed zajęciami**, tylko i wyłącznie drogą mailową na adres [plywanie@family-life.pl](mailto:plywanie@family-life.pl)

## ODRABIANIE NIEOBECNOŚCI

Odrabiać można zajęcia, które zostały zgłoszone w terminie podanym powyżej (punkt „NIEOBECNOŚCI”).

## ZDARZENIA LOSOWE

W przypadku zdarzeń losowych (np. awaria na basenie), zajęcia zostaną przełożone na inny termin.

## KONTAKT

W sprawach bieżących, związanych z nauką pływania:

**Wojciech Bulanda, tel. 881 745 385, [plywanie@family-life.pl](mailto:plywanie@family-life.pl)**

## ADRESY PŁYWALNI:

**AQUA RELAKS**  
ul. Pod Strzechą 3

**HIRSZFELDA**  
ul. Hirszfelda 11

**KONCERTOWA**  
ul. Koncertowa 4





# Do zobaczenia na pływalni !

**FAMILY LIFE**  
SZKOŁA PŁYWANIA



**FAMILY LIFE**  
Szkola Sportów Letnich i Zimowych

K: +48 881 745 385; +48 577 921 882

E: [plywanie@family-life.pl](mailto:plywanie@family-life.pl)



Family Life to nie tylko szkoła pływania – to sposób życia na sportowo. To szkoła sportu, pasji i przygody.

**Z nami Jest Lux!**

Serdecznie zapraszamy do łączenia z nami pasji sportów letnich i zimowych.