

## **REGULAMIN**

### **Pilates**

Uczestnicy zobowiązani są do przyniesienia własnej maty do ćwiczeń.

Osoby poniżej 18 roku życia powinny uczestniczyć w zajęciach w towarzystwie pełnoletniego opiekuna prawnego lub za okazaniem stosownego pozwolenia.

Warunkiem wykonywania ćwiczeń jest brak przeciwwskazań lekarskich.

Strój do ćwiczeń powinien być luźny, nie krępujący ruchów.