

VODENA VADBA ZA ODRASLE

PRIJAVA NA VODENO VADBO

Prijava na vodeno vadbo za odrasle poteka preko programa Studionaut. Podrobnejše informacije glede prijave, odjave, plačil, čakalne liste, itd. so opisane v **dokumentu Studionaut - NAVODILA**.

RAZVRSTITEV VADEČIH

Skupine za odrase se delijo na:

- **začetnike**
- **nivo 1:** Primerno za tiste, ki plezate 1 ali 2 leti oz. ste izkušeni plezalci.
- **nivo 2:** Primerno za tiste, ki plezate 3 leta ali več oz. ste zelo izkušeni plezalci.

PLEZALNA OPREMA

OBLEKA: Udobna športna oblačila - kratka majica, po potrebi še dodatna majica z dolgimi rokavi, in raztegljive hlače, priporočljivo čez kolena, lahko pa tudi kratke.

OBUTEV: lahko čiste teniske, ki se jih uporablja samo v telovadnicah (ne zunaj). Najbolj primerna obutev pa so **PLEZALNI ČEVLJI** (možna izposoja pri nas za 2 €/dan).

VREČKA Z MAGNEZIJEV / TEKOČI MAGNEZIJ predstavlja del osebne plezalne opreme.

NA VADBI

ZDRAVSTVENE ali **DRUGE POSEBNOSTI** posameznice/-ka, ki bi pomembno vplivale na potek vadbe, je potrebno sporočiti na plusclimbing@gmail.com in vaditelju/-ici pred začetkom vadbe.

ŠOLSKE POČITNICE, PRAZNIKI, DOGODKI

Med šolskimi počitnicami in državnimi prazniki **VODENIH VADB NI**.

Kdaj vodene vadbe odpadejo **zaradi Plus Climbing dogodkov**; Plezalni center Koper se za ta namen zapre zaradi priprave na tovrstne večje dogodke.

Zaradi šolskih počitnic, praznikov in Plus izrednih dogodkov vam **mesečni paket v Studionautu velja 40 dni** (in ne 30).

ODSOTNOST VADEČIH

Na vodeno vadbo se lahko **PRIJAVITE DO 1 URO pred začetkom vadbe**.

Od termina se lahko **ODJAVITE NAJKASNEJE 4 URE pred začetkom vadbe**, v nasprotnem primeru vam zakupljeni termin oz. kredit **PROPADE**.

Če vam v roku 40 dni ne uspe porabiti vseh zakupljenih kreditov, vam ti **PROPADEJO**.

CENIK VODENE VADBE / MESEC

	1x tedenska vadba	2x tedenska vadba
ŠTUDENTJE, UPOKOJENCI, BREZPOSELNI	55 €	70 €
ODRASLI	70 €	90 €
ŠTUDENTJE, UPOKOJENCI, BREZPOSELNI z Mino Markovič***	60 €	
ODRASLI z Mino Markovič***	75 €	

***Več o Mini Markovič:

<https://www.plus-climbing.com/sl/cenik-vodenih-vadb-in-treningov/>

TRAJANJE VODENE VADBE

ODRASLI	1 ura 45 min
ODRASLI z Mino Markovič	2 uri

ČLANSTVO - ŠPORTNO PLEZALNI KLUB PLUS

Vpisani odrasli na vodene vadbe postanejo tudi člani/-ce ŠPK Plus.

Člani/-ce postanete z izpolnjeno **PRISTOPNO IZJAVO** in plačano **ČLANARINO**, ki je veljavna za **TEKOČE KOLEDARSKO LETO (1. januar - 31. december)**:

- Študentje, upokojenci, brezposelni: 20 €
- Odrasli: 25 €

PODPISANO PRISTOPNO IZJAVO pošljite skenirano na plusclimbing@gmail.com ali prinesite s seboj na vadbo in jo izročite vaditelju/-ici.

PLAČILO MESEČNE VADNINE

Spletno plačilo mesečnega paketa se izvede **preko Studionauta** takoj, ko izberete enega od želenih datumov vadbe oz. paket. V zavihku Moji krediti lahko vidite, koliko obiskov imate še na voljo in do kdaj so veljavni.

DODATNE INFORMACIJE:

plusclimbing@gmail.com (Katerina Kljun)

www.plus-climbing.com / [Facebook](#) / [Instagram](#)