

Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00			ZDROWY KRĘG. OD WRZEŚNIA	CZYNNE OD 9.00	CZYNNE OD 9.00	8.30 ZDROWY KRĘG. Aneta D.
9.00	ATC Paulina M.	ATC-BIKINI Kasia Sz.	ATC Paulina M.	ATC Kasia Sz. OD WRZEŚNIA	ZDROWY KRĘG. Ada OD WRZEŚNIA	9.30 BODY-SHAPE Aneta D.
10.00	SENIORFIT Paulina M.	SENIORFIT Gosia J.	SENIORFIT Paulina M.	SENIORFIT Paulina P.	SENIORFIT Ada	10.30 ATC Aneta D.
11.00	AKTYWNA CIĄŻA Paulina M.	11.15 MAMA I DZIECKO Gosia J.	JOGA Gosia L.	AKTYWNA CIĄŻA Paulina P.	JOGA Kryisia	
12.00				12.15 MAMA I DZIECKO Paulina P.	12.15 ZDROWY KRĘG. I DZIECKO Kryisia OD WRZEŚNIA	
13.45						
14.45	REHA-FIT Gosia J. OD WRZEŚNIA					
15.45	ATC Gosia J.	BODY-SHAPE Paulina M.	ATC-BIKINI Paulina M. OD WRZEŚNIA	ZDROWY KRĘG. Natalia K.	REHA-FIT Gosia J.	
16.45	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	ZUMBA Adrian	ATC Paulina M.	FITBALL Natalia K.	ZUMBA Emilia	Niedziela
17.45	PILATES Gosia J.	ZDROWY KRĘG. Julia N.	BODY SHAPE Magda D.	ATC Natalia K.	ABDO-STRETCH Emilia	8.30 ATC Natalia K.
19.00	ATC Julia N.	ATC-BIKINI Julia N.	ATC Ada	ABDO-STRETCH Natalia K.	ATC Natalia	9.30 BODY SHAPE Natalia K.
20.00	BODY SHAPE Julia N.	ABP Magda K.	ZDROWY KRĘG. Magda D.	DANCE Ada	PILATES Natalia	10:30 ZDROWY KRĘG. Natalia K.
21.00	ATC Natalia K.	CZYNNE DO 21:00	BODY SHAPE Magda D.	JOGA Gosia L.	ZUMBA Emilia	

O BOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA

 - DODATKOWE GODZINY W GRAFIKU ZAJĘĆ

 - ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ

Rowery

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
10:30						
17.15						
18.15	ROWERY Natalia K. OD WRZEŚNIA	ROWERY Basia	ROWERY Basia	ROWERY OD WRZEŚNIA	ROWERY Basia	
19.15		ROWERY Basia OD WRZEŚNIA	ROWERY Basia OD WRZEŚNIA	ROWERY OD WRZEŚNIA		
20.15						

Siłownia

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
17.15	FAT-CIRCLE Basia	FAT-CIRCLE Basia		DYŻUR INSTR. 17.00-18.00 Julia N.	FAT-CIRCLE Julia N.	
18.15	FAT-CIRCLE OD WRZEŚNIA		19.00-19.30 TABATA Magda D.	18.00 FAT-CIRCLE Julia N.	DYŻUR INSTR. 18.15-19.15 Julia N.	
19.15	19.15-19;45 TABATA OD WRZEŚNIA		19.30-20.00 ATAK BRZUCH Magda D.			
20.00				20.00-20.30 TABATA Natalia K.		

OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA

 - DODATKOWE GODZINY W GRAFIKU ZAJĘĆ

 - ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ