

Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00			ZDROWY KRĘG. Paulina M.	CZYNNE OD 9.00		8.30 ZDROWY KRĘG. Aneta D.
9.00	ATC Paulina M.	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ATAK BRZUCH Paulina M.		ZDROWY KRĘG./ MOBILITY Ada	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 Krysia	CZYNNE DO 14:00
12.00				12.15 MAMA I DZIECKO Paulina P.	12.15 ZDROWY KRĘG. I DZIECKO Krysia	
13.45						
14.45						
15.45	ATC Gosia J.	BODY-SHAPE Paulina M.		ZDROWY KRĘG. Natalia K.	REHA-FIT Gosia J.	
16.45	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	ZUMBA Ada	ATC Paulina M.	FITBALL Natalia K.	ZUMBA Emilia	Niedziela
17.45	PILATES Gosia J.	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	BODY SHAPE Magda D.	ATC Natalia K.	PUMP Julia N.	8.30 ATC Team
19.00	ATC Julia N.	BODY WORKOUT Gosia J.	ATC Natalia Sz.	ABDO-STRETCH Natalia K.	ATC Natalia K.	9.30 BODY SHAPE Team
20.00	BODY SHAPE Julia N.	ABP Magda K.	ZDROWY KRĘG. Magda D.	DANCE Ada	PILATES Natalia K.	10:30 ZDROWY KRĘG. Team
21.00	ATC Klaudia	ZDROWY KRĘG./ MOBILITY Magda K.	BODY SHAPE Magda D.	JOGA Gosia L.	ZUMBA Emilia	CZYNNE DO 14:00

OBOWIĄZKOWE 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 Basia O.	ROWERY Basia	ROWERY Basia O.			
19.15	ROWERY Basia O.		ROWERY Basia O.			
20.15						

Siłownia

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
17.15	FAT-CIRCLE Ada	FAT-CIRCLE Basia	FAT-CIRCLE Basia	DYŻUR INSTR. 17.00-18.00 Julia N.	17.15-17.45 TABATA Julia N.	
18.15	FAT-CIRCLE Ada		19.00-19.30 TABATA Magda D.	18.00 FAT-CIRCLE Julia N.	DYŻUR INSTR. 18.00-20.00 Emilia	
19.15	19.15-19.45 TABATA Ada		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