



Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00			ZDROWY KRĘG. Magda K.	CZYNNE OD 9.00		8.30 ZDROWY KRĘG. Aneta D.
9.00	ATC Kornelia	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ATAK BRZUCH Magda K.	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG./ MOBILITY Magda K.	9.30 BODY-SHAPE Aneta D.
10.00	SENIORFIT Kornelia	SENIORFIT Gosia J.	SENIORFIT Magda K.	SENIORFIT Paulina P.	SENIORFIT Magda K.	10.30 ATC Aneta D.
11.00	AKTYWNA CIAŻA Kornelia	11.15 MAMA I DZIECKO Gosia J.	JOGA Gosia L.	AKTYWNA CIAŻA 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.	15.30 BODY-SHAPE Gosia R		ZDROWY KRĘG. Natalia K.	REHA-FIT Gosia J.	
16.45	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	ZUMBA Emilia	ATC Natalia Sz.	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.	 Kamila	PILATES Natalia K.	10:30 ZDROWY KRĘG. Team
21.00	 Kamila	ZDROWY KRĘG./ MOBILITY Magda K.	BODY SHAPE Magda D.	JOGA Gosia L.	ZUMBA Emilia	CZYNNE DO 13:00

OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA

 - DODATKOWE GODZINY W GRAFIKU ZAJĘĆ

 - ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ

Rowery

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
9:30						ROWERY Gosia R
18.15	ROWERY Basia	ROWERY Basia	ROWERY Basia	18:30 ROWERY Aneta D	ROWERY Gosia R	
19.15	ROWERY Basia		ROWERY Basia			
20.15						

Siłownia

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