



Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00	CZYNNE OD 8:30					8.30 ZDROWY KRĘG. Aneta D.
9.00	ATC Kasia Sz.	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. SENIOR Gosia J	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. Kasia Sz	9.30 BODY-SHAPE Aneta D.
10.00	SENIORFIT Kasia Sz.	SENIORFIT Gosia J.	SENIORFIT Gosia J	SENIORFIT Paulina P.	SENIORFIT Kasia Sz	10.30  Patrycja
11.00	AKTYWNA CIAŻA Kasia Sz.	11.30 TANIEC Z DZIECKIEM W CHUŚCIE Emilia	JOGA Gosia L.	AKTYWNA CIAŻA Paulina P.	JOGA Krysia	CZYNNE DO 13.00
12.00				12.15 MAMA I DZIECKO Paulina P.	12.15 ZDROWY KRĘG. I DZIECKO Krysia	
13.45						
14.45						
15.45	TBC-POWER Gosia J.		FITNESS BOX Monika K.	ZDROWY KRĘG. Natalia K.	REHA-FIT od września Gosia J.	
16.45	ZDROWY KRĘG. Gosia J	 Emilia	TBC - POWER Magda D.	FITBALL Natalia K.	 Emilia	Niedziela
17.45	PILATES – BALL Gosia J.	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	BODY SHAPE Magda D.	ATC Natalia K.	BODY WORKOUT Gosia J.	8.30 ATC Ada S
19.00	ATC Aneta D.	BODY WORKOUT Gosia J.	ATC Martyna L	ABDO-STRETCH Natalia K.	ATC Natalia K.	9.30 ZDROWY KRĘG. Ada S
20.00	BODY SHAPE Aneta D.	ABP Gosia J	ZDROWY KRĘG. Magda D.	 Kamila	PILATES Natalia K.	10.30  Ada S
21.00	 Kamila	 Patrycja	BODY SHAPE Magda D.	ABP Klaudia H.	CZYNNE DO 21.00	CZYNNE DO 12.00

OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA

 - DODATKOWE GODZINY W GRAFIKU ZAJĘĆ

 - ZMIANY W GAFIKU ZAJĘĆ

Rowery

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
9:30						
18.15	ROWERY		ROWERY			
19.15	ROWERY		ROWERY			
20.15						

Siłownia

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
17.15	FAT-CIRCLE Aneta D.				DYŻUR INSTR. 16:45-17:45 Gosia J	
18.15				FAT-CIRCLE OD WRZEŚNIA		
19.15			18.45-19.15 TABATA Magda D.			
20.00			19.15-19.45 ATAK BRZUCH Magda D.	20.00-20.30 TABATA Natalia K.		

OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA

 - DODATKOWE GODZINY W GRAFIKU ZAJĘĆ

 - ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ