



## Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00	CZYNNE OD 8.30		ZDROWY KRĘG. Magda K.	CZYNNE OD 9.00		8.30 ZDROWY KRĘG. Aneta D.
9.00	ATC Kornelia	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. SENIOR Magda K.	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. 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 PILATES I DZIECKO Gosia J.	JOGA Gosia L.	AKTYWNA CIAŻA Paulina P.	JOGA Kryśia	CZYNNE DO 14:00
12.00				12.15 MAMA I DZIECKO Paulina P.	12.15 ZDROWY KRĘG. I DZIECKO Kryśia	
13.45						
14.45						
15.45	TBC-power Gosia J.	BODY-SHAPE Ola	PILATES POWER Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. Natalia K.	REHA-FIT Gosia J.	
16.45	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	ZUMBA Emilia	ATC Kasia Sz.	FITBALL Natalia K.	ZUMBA Emilia	<b>Niedziela</b>
17.45	PILATES- BALL Gosia J.	ZDROWY KRĘG. Gosia J.	BODY SHAPE Magda D.	ATC Natalia K.	SZTANGI Gosia J.	8.30 ATC Team
19.00	ATC Aneta D.	BODY WORKOUT Gosia J.	ATC Martyna L.	ABDO-STRETCH Natalia K.	ATC Natalia K.	9.30 BODY SHAPE Team
20.00	BODY SHAPE Aneta D.	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 Karol	CZYNNE DO 21:00	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						
18.15	<b>ROWERY</b> Kuba	<b>ROWERY</b> Ola	<b>ROWERY</b> Kuba			
19.15	<b>ROWERY</b> Kuba		<b>ROWERY</b> Kuba			
20.15						

**Siłownia**

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
17.15	<b>FAT-CIRCLE</b> Aneta D.	<b>FAT-CIRCLE</b> Ola		<b>DYŻUR INSTR.</b> <b>17.00-18.00</b> Ada P.	<b>17.00-17.30</b> <b>ATAK POŚLADKI</b> Gosia J.	
18.15			<b>18.00</b> <b>FAT-CIRCLE</b> Martyna L.	<b>18.00</b> <b>FAT-CIRCLE</b> Ada P.		
19.15			<b>19.00-19.30</b> <b>TABATA</b> Magda D.			
20.00		<b>20.00-20.30</b> <b>ATAK POŚLADKI</b> Gosia J.	<b>19.30-20.00</b> <b>ATAK BRZUCH</b> Magda D.	<b>20.00-20.30</b> <b>TABATA</b> Natalia K.		

**OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA** - DODATKOWE GODZINY W GRAFIKU ZAJĘĆ - ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ