




Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00	CZYNNE OD 8:30					8.30 ZDROWY KRĘG. Monika K
9.00	ATC Kasia Sz.	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. SENIOR Natalia H	BODY WORKOUT Kasia Sz.	ZDROWY KRĘG. Kasia Sz	9.30 BODY SHAPE Monika K
10.00	SENIORFIT Kasia Sz.	SENIORFIT Gosia P	SENIORFIT Natalia H	SENIORFIT Paulina P.	SENIORFIT Kasia Sz	10.30 FAT BURNING Monika K
11.00	AKTYWNA CIAŻA Kasia Sz.	SENIORFIT Gosia P	JOGA Krysia	AKTYWNA CIAŻA Paulina P.	JOGA Krysia	11.30  Monika K
12.00		12.15 MAMA I DZIECKO Gosia P		12.15 MAMA I DZIECKO Paulina P.	12.15 ZDROWY KRĘG. I DZIECKO Krysia	CZYNNE DO 13.00
13.45						
14.45						
15.45	TBC Gosia P		REHA-FIT Gosia P	ZDROWY KRĘG. Natalia K.	REHA-FIT Gosia P	
16.45	ZDROWY KRĘG. Gosia P	PILATES FOR HEALTH Gosia P	PLASKI BRZUCH SMUKLE RAMIONA Ada P	FITBALL Natalia K.	 Emilia	Niedziela
17.45	PILATES Gosia P	ZDROWY KRĘG. Gosia P	BODY SHAPE Ada P	ATC Ada P	TABATA-STRETCH Agata N	8.30 ATC Team
19.00	ATC Julia	BODY WORKOUT Gosia P	ATC Martyna L	ABDO-STRETCH Ada P	ATC Agata N	9.30 ZDROWY KRĘG. Team
20.00	BODY SHAPE Julia	ABP Gosia P	ZDROWY KRĘGOSŁUP Ada P	 Kamila	PILATES Agata N	
21.00	 Asia H.	 Patrycja	 Ada P	ABP Klaudia H.	CZYNNE DO 21.00	CZYNNE DO 12.00

OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA

Rowery

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

Siłownia

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
17.15	17:45-18:30 FAT-CIRCLE Julia					
18.15				18:15-19:00 FAT-CIRCLE Julia		
19.15			18.45-19.15 TABATA Ada P			
20.00			19.15-19.45 ATAK BRZUCH Ada P	20.00-20.30 TABATA Ada P		

OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA



- ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ