


## Sala FITNESS

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8.00	<b>CZYNNE OD 8:30</b>					<b>8.30</b> ZDROWY KRĘG. Monika K
9.00	<b>ATC</b> Kasia Sz.	<b>BODY WORKOUT</b> Kasia Sz.	<b>ZDROWY KRĘG. SENIOR</b> Weronika	<b>BODY WORKOUT</b> Kasia Sz.	<b>ZDROWY KRĘG.</b> Kasia Sz.	<b>9.30</b> BODY SHAPE Monika K
10.00	<b>SENIORFIT</b> Kasia Sz.	<b>SENIORFIT</b> Gosia P	<b>SENIORFIT</b> Weronika	<b>SENIORFIT</b> Paulina P.	<b>SENIORFIT</b> Kasia Sz.	<b>10.30</b> FAT BURNING Monika K
11.00	<b>AKTYWNA CIAŻA</b> Kasia Sz.	<b>SENIORFIT</b> Gosia P	<b>JOGA</b> Krysia	<b>AKTYWNA CIAŻA</b> Paulina P.	<b>JOGA</b> Krysia	<b>11.30</b>  Monika K
12.00		<b>12.15</b> MAMA I DZIECKO Gosia P		<b>12.15</b> MAMA I DZIECKO Paulina P.	<b>12.15</b> ZDROWY KRĘG. I DZIECKO Krysia	<b>CZYNNE DO 13.00</b>
13.45						
14.45						
15.45	<b>TBC</b> Gosia P		<b>REHA-FIT</b> Gosia P	<b>ZDROWY KRĘG.</b> Natalia K.	<b>REHA-FIT</b> Gosia P	
16.45	<b>ZDROWY KRĘG.</b> Gosia P	<b>PILATES FOR HEALTH</b> Gosia P	<b>PŁASKI BRZUCH SMUKLE RAMIONA</b> Ada P	<b>FITBALL</b> Natalia K.	 Emilia	<b>Niedziela</b>
17.45	<b>PILATES</b> Gosia P	<b>ZDROWY KRĘG.</b> Gosia P	<b>BODY SHAPE</b> Ada P	<b>ATC</b> Ada P	<b>TABATA-STRETCH</b> Agata N	<b>8.30</b> ATC Team
19.00	<b>ATC</b> Julia	<b>BODY WORKOUT</b> Gosia P	<b>ATC</b> Martyna L	<b>ABDO-STRETCH</b> Ada P	<b>ATC</b> Agata N	<b>9.30</b> ZDROWY KRĘG. Team
20.00	<b>BODY SHAPE</b> Julia	<b>ABP</b> Gosia P	<b>ZDROWY KRĘGOSŁUP</b> Ada P	 Kamila	<b>PILATES</b> Agata N	<b>10.30</b> ZDROWY KRĘG. Team
21.00	 Asia H.	<b>OD 5 MARCA</b> <b>PŁASKI BRZUCH SMUKLE RAMIONA</b> Gosia P	 Ada P	<b>ABP</b> Klaudia H.	<b>CZYNNE DO 21.00</b>	<b>CZYNNE DO 13.00</b>

**OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA**

## Rowery

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

## Siłownia

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

**OBOWIĄZKOWE ZAPISY NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA**



- ZMIANY W GRAFIKU ZAJĘĆ