

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
6:30			ENERGY SHOT (50') <i>Paweł</i>		ENERGY SHOT (50') <i>Łukasz</i>		
8:30							GRUPA BIEGOWA
9:00	STEP & SHAPE (50') <i>Artur</i>	POWER PUMP (50') <i>Sylvia</i>		ABT (50') <i>Artur</i>	STEP & SHAPE (50') <i>Sylvia</i>		POWER PUMP (50') <i>Martyna</i>
10:00	POŚLADKI & STRETCHING (50') <i>Artur</i>	FIT BALL (50') <i>Sylvia</i>		PŁASKI BRZUCH & STRETCHING (50') <i>Artur</i>	PILATES (50') <i>Sylvia</i>	ZGRABNA SYLWETKA (50') <i>Gosia</i>	PŁASKI BRZUCH & STRETCHING (50') <i>Martyna</i>
		TRENING OBWODOWY DLA PAŃ (50') <i>Artur</i>			TRENING OBWODOWY DLA PAŃ (50') <i>Artur</i>	INTERVAL (50') <i>Paweł</i>	INTERVAL (50') <i>Marcin</i>
11:00		STRETCHING (50') <i>Artur</i>			STRETCHING (50') <i>Artur</i>	PILATES (50') <i>Gosia</i>	
	ZDROWY KRĘGOSŁUP MAŁE PIŁKI (50') <i>Michał</i>	ZDROWY KRĘGOSŁUP (50') <i>Marta</i>	Z. K. STRETCHING TERAPEUTYCZNY (50') <i>Michał</i>	ZDROWY KRĘGOSŁUP DUŻE PIŁKI (50') <i>Michał</i>			ZDROWY KRĘGOSŁUP (50') <i>Kamil</i>
12:00		GIMNASTYKA 60+ (50') <i>Artur</i>		GIMNASTYKA 60+ (50') <i>Artur</i>			
13:00						TBC (50') <i>Artur</i>	
14:00						POŚLADKI & STRETCHING (50') <i>Artur</i>	
17:00		TRENING FUNKCJONALNY (50') <i>Sylvia</i>	STEP & SHAPE (50') <i>Artur</i>	TRENING FUNKCJONALNY (50') <i>Martyna</i>	STEP & SHAPE (50') <i>Artur</i>		
17:30	POWER PUMP (50') <i>Martyna</i>						
18:00		TABATA & PŁASKI BRZUCH (50') <i>Weronika</i>	BODY SCULPT (50') <i>Artur</i>	TABATA & PŁASKI BRZUCH (50') <i>Weronika</i>	BODY SCULPT (50') <i>Artur</i>		TBC (50') <i>Luiza</i>
	ZDROWY KRĘGOSŁUP MAŁE PIŁKI (50') <i>Michał</i>	DANCE KIDS (50') <i>Misia</i>	CROSS KIDS (50') <i>Daniel</i>	ZUMBA (50') <i>Misia</i>			
	GRUPA BIEGOWA			GRUPA BIEGOWA			
18:30	HIIT & PŁASKI BRZUCH (50') <i>Patryk</i>						
19:00	ENDURANCE (50') <i>Łukasz</i>	FAT BURNER (50') <i>Paweł</i>	HILL (50') <i>Ola</i>	INTERVAL (50') <i>Ola</i>	FAT BURNER (50') <i>Marcin</i>		POŚLADKI & STRETCHING (50') <i>Luiza</i>
		ZUMBA (50') <i>Misia</i>	TAŃCZ I CHUDNIJ (50') <i>Paweł</i>	CROSS TRAINING (50') <i>Daniel</i>	ABT (50') <i>Paweł</i>		
	DANCE FITNESS (50') <i>Jakub</i>	CROSS TRAINING (50') <i>Daniel</i>	ABT (50') <i>Ola</i>	ZDROWY KRĘGOSŁUP DUŻE PIŁKI (50') <i>Michał</i>	TRENING OBWODOWY (50') <i>Artur</i>		
19:30	PŁASKI BRZUCH (25') <i>Artur</i>						
20:00	CROSS TRAINING (50') <i>Artur</i>	POWER PUMP (50') <i>Maciek</i>	PŁASKI BRZUCH & STRETCHING (50') <i>Paweł H.</i>	POWER PUMP (50') <i>Maciek</i>	TAŃCZ I CHUDNIJ (50') <i>Paweł H.</i>		
	JOGA (90') <i>Ewa</i>	Z.K. STRETCHING TERAPEUTYCZNY (50') <i>Michał</i>	ZDROWY KRĘGOSŁUP (50') <i>Adrian</i>	VINYASA POWER JOGA (50') <i>Ewa</i>			

LEGENDA

SALA SŁONECZNA	SALA DESZCZOWA	SALA ROWEROWA	KIDS SALA DZESZCZOWA	ZAJĘCIA NA POWIETRZU
----------------	----------------	---------------	----------------------	----------------------