

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
6:30			SPINNING ENERGY SHOT (50') Paweł		SPINNING ENERGY SHOT (50') Łukasz		
8:30							GRUPA BIEGOWA
9:00	STEP & SHAPE (50') Artur	POWER PUMP (50') Sylwia		ABT (50') Artur	STEP & SHAPE (50') Sylwia		POWER PUMP (50') Martyna
10:00	POŚLADKI & STRETCHING (50') Artur	FIT BALL (50') Sylwia		PŁASKI BRZUCH & STRETCHING (50') Artur	PILATES (50') Sylwia	ZGRABNA SYLWETKA (50') Gosia	
		TRENING OBWODOWY DLA PAŃ (50') Artur			TRENING OBWODOWY DLA PAŃ (50') Artur	SPINNING INTERVAL (50') Paweł	SPINNING INTERVAL (50') Marcin
						FIT BODY KIDS (50') (do 23.06) Ola /kort nr 3/	
10:30			CELLULIT STOP (50') Sylwia				
11:00		STRETCHING (50') Artur			STRETCHING (50') Artur	PILATES (50') Gosia	
	ZDROWY KRĘGOSŁUP MAŁE PIŁKI (50') Michał	ZDROWY KRĘGOSŁUP (50') Marta	Z. K. STRETCHING TERAPEUTYCZNY (50') Michał	ZDROWY KRĘGOSŁUP DUŻE PIŁKI (50') Michał			ZDROWY KRĘGOSŁUP (50') Kamil
12:00		GIMNASTYKA 60+ (50') Artur		GIMNASTYKA 60+ (50') Artur			
13:00						TBC (50') Artur	
14:00						POŚLADKI & STRETCHING (50') Artur	
17:00		TRENING FUNKCJONALNY (50') Sylwia	STEP & SHAPE (50') Artur	TRENING FUNKCJONALNY (50') Martyna	STEP & SHAPE (50') Artur		
18:00	POWER PUMP (50') Martyna	TABATA & PŁASKI BRZUCH (50') Weronika	BODY SCULPT (50') Artur	TABATA & PŁASKI BRZUCH (50') Weronika	BODY SCULPT (50') Artur		
	ZDROWY KRĘGOSŁUP MAŁE PIŁKI (50') Michał	DANCE KIDS (50') (do 23.06) Misia	CROSS KIDS (50') (do 23.06) Daniel	ZDROWY KRĘGOSŁUP DUŻE PIŁKI (50') Michał			
	GRUPA BIEGOWA			GRUPA BIEGOWA			
19:00	ZUMBA (50') Misia	ZUMBA (50') Misia	TAŃCZ I CHUDNIJ (50') Paweł	CROSS TRAINING (50') Daniel	ABT (50') Paweł		ZGRABNA SYLWETKA (50') Gosia
	SPINNING ENDURANCE (50') Łukasz	CROSS TRAINING (50') Daniel	ABT (50') Ola	VINYASA POWER JOGA (50') Ewa	TRENING OBWODOWY (50') Artur		
20:00	CROSS TRAINING & STRETCHING (75') Artur	Z.K. STRETCHING TERAPEUTYCZNY (50') Michał	PŁASKI BRZUCH & STRETCHING (50') Paweł H.	POWER PUMP (50') Maciek			PILATES (50') Gosia
	JOGA (90') Ewa	SPINNING FAT BURNER (50') Paweł	ZDROWY KRĘGOSŁUP (50') Adrian	SPINNING INTERVAL (50') Ola			SPINNING HILL (50') Ola

LEGENDA

SALA SŁONECZNA	SALA DESZCZOWA	ZAJĘCIA DLA DZIECI GLC KIDS	ZAJĘCIA NA POWIETRZU
----------------	----------------	-----------------------------	----------------------