

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
09:00-10:00 Aktywny Senior na Basenie Karolina R. · Basen	09:00-10:00 Pilates Patrycja R. · Sala 2		09:00-10:00 Joga poranna Patrycja R. · Sala 2	
	10:00-11:00 Aktywna i Bezpieczna Cięża Ola M. · Sala 1		10:00-11:00 Pilates Patrycja R. · Sala 2	
	10:00-11:00 Zdrowy kręgosłup Patrycja R. · Sala 2			
17:00-18:00 Aktywny Stretching Asia Z. · Sala 2	17:00-18:00 Body Art Magda M. · Sala 1	17:00-18:00 Full Body Workout Asia Z. · Sala 1	16:00-17:00 Aktywna i Bezpieczna Cięża Ola M. · Sala 2	17:00-18:00 Vita Pump Asia Z. · Sala 1
18:00-19:00 Lady Fit Magda · Sala 1	18:00-19:00 Zdrowy kręgosłup Magda M. · Sala 1	18:00-19:00 Sztangi Asia Z. · Sala 1	17:30-18:20 Smukła sylwetka Magda M. · Sala 1	18:00-19:00 TBC Asia Z. · Sala 1
18:00-19:00 Mobility/Rozciąganie Asia Z. · Sala 2	18:00-19:00 Salsation® Tatiana · Sala 2	18:00-19:00 Kickboxing Kuba P. · Sala 2	18:30-19:20 Pilates Magda M. · Sala 1	18:00-19:00 Vinyasa – joga dynamiczna Asia T. · Sala 2
19:00-20:00 TBC/ Sztangi Asia Z. · Sala 1	19:00-20:00 Joga dla początkujących Asia T. · Sala 2	19:00-20:00 Step Agata · Sala 1	19:00-20:00 Salsation® Patrycja K. · Sala 2	19:00-20:00 Yin joga Asia T. · Sala 2
KATEGORIE Wzmacniające i modelujące Prozdrowotne i mentalne Joga Taneczne Cardio Specjalistyczne INTENSYWNOŚĆ ●●● spokojne ●●○ umiarkowane ●●● intensywne	20:00-21:00 Pilates Patrycja R. · Sala 1	19:00-20:00 Trening obwodowy Kuba P. · Sala 2	20:00-21:00 Joga Patrycja R. · Sala 2	ZESKANUJ KOD QR Zapisz się, sprawdź miejsca lub kup karnet.
	20:00-21:00 Zumba Magda K. · Sala 1	20:00-21:00 Mobility Agata · Sala 1		
	21:00-21:40 Zumba Tuning Magda K. · Sala 1			