

Dzień	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
S A L A A E R O B I K U						
9.00	ZDROWY KRĘGOSŁUP Ewelina	55' TRENING OBWODOWY Iwona	55' VINYASA YOGA Gosia R.	55' TRENING FUNKCJONALNY Iwona	55' TRENING OBWODOWY Agnieszka	55' BRZUCH, UDA, POŚLADKI Ola W.
10.00	DRUGA MŁODOŚĆ Agnieszka	55' PILATES & YOGA NIRVANA® Ania G.	55' ZDROWY KRĘGOSŁUP Ewelina	55' DRUGA MŁODOŚĆ Ania G.	55' ZDROWY KRĘGOSŁUP Żaneta	55' STEP & SHAPE Ola W.
11.00		MAMA+ Michalina		MAMA+ Asia		
14.00						ASHTANGA YOGA Radek 90'
15.30		ZDROWY KRĘGOSŁUP Ewelina				
16.30	MAMA+ Michalina	55' SHAPE Żaneta	55' MAMA+ Kamila	55' TRENING OBWODOWY Asia		
17.30	TRENING FUNKCJONALNY Iwona	55' LINY MIX Asia	55' ZDROWY KRĘGOSŁUP Kamila	55' PILATES Ewa	55' TRENING OBWODOWY Ewelina	
18.30	SZTANGI Iwona	55' INTERWAŁY Asia	55' TRENING FUNKCJONALNY Ewelina	55' SPALANIE Diana	55' TRENING POWIĘZI Ewelina	
19.30	MOCNY BRZUCH Radek	30' ZUMBA STEP Agnieszka	55' YOGA FLY Gosia R.			
20.00	VINYASA YOGA Radek					
20.30		55' STRETCH & ROLOWANIE Agnieszka		55' BRZUCH, UDA, POŚLADKI Agnieszka		
B A S E N						
8.05	AQUA Ewelina		AQUA Żaneta		AQUA Justyna	
9.05	AQUA Agnieszka	AQUA Ania G.	AQUA Ewelina	AQUA Ania G.	AQUA Justyna	AQUA Kasia
10.05	AQUA Ewelina	AQUA Żaneta	AQUA Diana	AQUA Żaneta	AQUA Agnieszka	AQUA Kasia
17.35	AQUA Asia	AQUA Diana	AQUA Kasia	AQUA Asia	AQUA Kasia	
18.35	AQUA Justyna	AQUA Diana	AQUA Kasia	AQUA Ola J.	AQUA Kasia	
19.35	AQUA Justyna	AQUA Ola J.	AQUA Ewelina	AQUA Ola J.		
S A L A R O W E R O W A						
10.30						NIEDZIELA - ROWERY Ewa 55'
16.45			ŚRODA - ROWERY Patrycja 55'			
18.30				CZWARTEK - ROWERY Ewa 55'		
19.30		WTOREK - ROWERY Ewa 55'				