

HARMONOGRAM ZAJĘĆ GRUPOWYCH **LIPIEC 2021**

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
ZAJĘCIA PORANNE					
Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance
8.30 – 9.30	8.30 – 9.30	8.30 – 9.30	8.30 – 9.30	8.30 – 9.30	9.00 – 10.00
STEP	STRETCHING	SHAPE	TRENING ZDROWOTNY	SHAPE	PŁASKI BRZUCH
(IZA)	(JUDYTA)	(JUDYTA)	(IZA)	(JUDYTA)	(DOROTA)

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
ZAJĘCIA POPOŁUDNIOWE				
Sala Dance	Sala Shape	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance
18.00 – 18.55	18.30 – 19.30	18.00 – 18.55	18.00 – 18.55	18.00 – 18.55
TRENING ZDROWOTNY	JOGA	TRENING ZDROWOTNY	PUMP&TONE	ABS CARDIO
(JUDYTA)	(MONIKA)	(IZA)	(JUDYTA)	(JUDYTA)
20.00 – 20.50		19.00 – 19.45	19.00 – 20.00	19.00 – 19.45
B - U - P		SEXY BODY	B - U - P	STEP BODY WORKOUT
(DOROTA)		(DOROTA)	(DOROTA)	(DOROTA)
ZAJĘCIA ROWEROWE - INDOOR CYCLING				
19.10 – 20.00	18.10 – 19.00			
BASIC	CIRCUIT			
(JUDYTA)	(JUDYTA)			

NA WSZYSTKIE ZAJĘCIA OBOWIĄZUJĄ **ZAPISY TEL. 89 543 07 93 LUB SMS 603 177 412**