

HARMONOGRAM ZAJĘĆ GRUPOWYCH OD 6 WRZEŚNIA 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	PLASKI BRZUCH
(IZA)	(JUDYTA)	(JUDYTA)	(IZA)	(JUDYTA)	(DOROTA)

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
ZAJĘCIA POPOŁUDNIOWE				
Sala Dance	Sala Shape	Sala Dance	Sala Shape	Sala Dance
18.00 – 18.55	18.00-18.55	18.00 – 18.55	18.00-18.55	18.00 – 18.55
ZUMBA®	TRENING ZDROWOTNY	TRENING ZDROWOTNY	JOGA POCZĄTKUJĄCA	PUMP&TONE
(ASIA)	(JUDYTA)	(IZA)	(ASIA)	(JUDYTA)
19.00-19.55		19.00 – 19.45	19.00 – 20.00	19.00 – 19.45
deepWORK®		SEXY BODY	bodyART®	B - U - P
(ASIA)		(DOROTA)	(ASIA)	(DOROTA)
20.00 – 20.50			20.00 – 20.50	20.00-20.50
B - U - P			LATINO SOLO	JOGA POCZĄTKUJĄCA
(DOROTA)			(REMMIC)	(ASIA)
ZAJĘCIA INDOOR CYCLING				
19.00 – 19.55	18.10 – 19.00	19.10 – 20.00		
BASIC	CIRCUIT	MIX		
(JUDYTA)	(JUDYTA)	(JUDYTA)		

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