

## HARMONOGRAM ZAJĘĆ GRUPOWYCH OD 1 PAŹDZIERNIKA 2021

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
<b>ZAJĘCIA PORANNE</b>					
Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance	Sala Dance
8.30 – 9.25 <b>STEP</b> (IZA)	8.30 – 9.30 <b>STRETCHING</b> (JUDYTA)	8.30 – 9.25 <b>SHAPE</b> (JUDYTA)	8.30 – 9.30 <b>TRENING ZDROWOTNY</b> (IZA)	8.30 – 9.30 <b>SHAPE</b> (JUDYTA)	9.00 – 10.00 <b>PLASKI BRZUCH</b> (DOROTA)
9.30 – 10.30 <b>TRENING ZDROWOTNY</b> (DOROTA)		9.30 – 10.30 <b>ZDROWE PLECY</b> (DOROTA)			

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<b>ZAJĘCIA POPOŁUDNIOWE</b>				
Sala Dance	Sala Shape	Sala Dance	Sala Shape	Sala Dance
18.00 – 18.55 <b>ZUMBA®</b> (ASIA)	18.00-18.55 <b>TRENING ZDROWOTNY</b> (JUDYTA)	18.00 – 18.55 <b>TRENING ZDROWOTNY</b> (IZA)	18.00-18.55 <b>JOGA POCZĄTKUJĄCA</b> (ASIA)	18.00 – 18.55 <b>PUMP&amp;TONE</b> (JUDYTA)
19.00-19.55 <b>deepWORK®</b> (ASIA)		19.00 – 19.45 <b>SEXY BODY</b> (DOROTA)	19.00 – 20.00 <b>bodyART®</b> (ASIA)	19.00 – 20.00 <b>B - U - P</b> (DOROTA)
20.00 – 20.50 <b>B - U - P</b> (DOROTA)			20.00 – 20.50 <b>LATINO SOLO</b> (REMMIC)	19.00 – 19.45 <b>STEP BODY WORKOUT</b> (DOROTA)
				19.00 – 19.55 <b>bodyART®</b> (ASIA)
				20.00-20.50 <b>JOGA POCZĄTKUJĄCA</b> (ASIA)
<b>ZAJĘCIA INDOOR CYCLING</b>				
19.00 – 19.50 <b>CIRCUIT</b> (JUDYTA)	18.00 – 18.50 <b>BASIC</b> (JUDYTA)		19.00 – 19.50 <b>CIRCUIT</b> (JUDYTA)	

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