

HARMONOGRAM ZAJĘĆ GRUPOWYCH WRZESIEŃ 2022

| 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 | FIT BODY | SHAPE | TRENING ZDROWOTNY | SHAPE | PLASKI BRZUCH |
| (IZA) | (MILENA) | (MILENA) | (IZA) | (IZA) | (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® | ZDROWE PLECY | TRENING ZDROWOTNY | JOGA | PUMP&TONE |
| (ASIA) | (DOROTA) | (IZA) | (ASIA) | (MILENA) |
| 19.00-19.55 | 19.00 – 20.00 | 19.00 – 20.00 | 19.00 – 20.00 | 19.00 – 19.55 |
| deepWORK® | TRENING ZDROWOTNY | BODY SCULPT | bodyART® | B - U - P |
| (ASIA) | (AGATA) | (AGATA) | (ASIA) | (DOROTA) |
| 20.00 – 20.50 | | | 20.00 – 20.50 | |
| B - U - P | | | LATINO SOLO | |
| (DOROTA) | | | (REMMIC) | |
| ZAJĘCIA INDOOR CYCLING | | | | |
| | 19.00 – 19.50 | | | 19.00 – 19.50 |
| | CIRCUIT | | | CIRCUIT |
| | (IZA) | | | (MILENA) |

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