



# GRAFIK ZAJĘĆ STREFA FITNESS



# SALA A



GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8:00	FITBALL Sandra	FBW Paweł	ZUMBA Marta	FBW Paweł	ABT Sandra		
9:00	BODY SHAPE Paweł	ABT Sandra	BODY SHAPE Paweł	ABT Sandra	STEP SHAPE Paweł	BODY SHAPE Paweł	
10:00	FIT MAMA Sandra		AKTYWNY SENIOR Paweł		FITBALL Sandra	PILATES Paweł	
17:00	PŁASKI BRZUCH Magda		PŁASKI BRZUCH Krzysztof	SHAPE Magda			
18:00	BODY SHAPE Paweł	STEP Kasia	BODY SHAPE Patrycja	ABT Magda	BODY SHAPE Patrycja		
19:00	Les Mills BODY PUMP® Blanka	Les Mills BODY PUMP® Blanka	ZUMBA Greta	ZUMBA Marta	Les Mills BODY PUMP® Blanka		
20:00	AEROBOKS Blanka	FBW Kasia	STEP SHAPE Kasia	FBW Krzysztof	AEROBOKS Blanka		

# SALA B



GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
19:00	ACROBIKE Krzysztof	CYCYLING Piotr		CYCYLING Piotr	ACROBIKE Krzysztof		
20:00	POWERBIKE Krzysztof	CYCLING Piotr		CYCYLING Piotr	POWERBIKE Krzysztof		

# SALA C



GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8:15	LEKCJA ODDECHU Małgorzata				LEKCJA ODDECHU Małgorzata		
9:00	JOGA DLA SENIORA Małgorzata		PORANNA JOGA Małgorzata		JOGA DLA SENIORA Małgorzata		
10:00	JOGA W CIĄŻY Małgorzata	PILATES Dorota	FIT MAMA Sandra	Les Mills BODY BALANCE® Dorota	JOGA W CIĄŻY Małgorzata	TRENING BIEGACZA Grzegorz	
14:30					JOGA HATHA Małgorzata		
16:00		JOGA HORMONALNA Małgorzata		JOGA HORMONALNA Małgorzata			
17:00		JOGA FIT MAMA Małgorzata	TRENING FUNKCJONALNY Grzegorz		TRENING FUNKCJONALNY Grzegorz		
18:00	ABT Magda	JOGA VINY ASA Małgorzata	SLAVIKA Greta	TABATA Krzysztof			
19:00	ZUMBA Krzystian	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Kasia	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Krzysztof	PRZEMIANA Krzysztof	SLAVICA Dorota		
20:00	ZUMBA Marta	Les Mills BODY BALANCE® Blanka	TABATA Krzysztof	JOGA VINY ASA Małgorzata	PILATES Dorota		