

GRAFIK ZAJĘĆ ZORGANIZOWANYCH LISTOPAD 2018

GODZ.	PONIEDZIAŁEK		WTOREK		SRODA		CZWARTEK		PIĄTEK		SOBOTA		NIEDZIELA	
SALA	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA2	SALA 1	SALA 2	SALA 1	SALA 2
9.00 9.55	TABATA ASIA	08:30 – 10:00 JOGA PORANNA ROBERT	HIIT ASIA	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA	PŁASKI BRZUCH ASIA	08:30 – 10:00 JOGA PORANNA ROBERT	CROSS POWER ASIA	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA	HIIT ASIA	08:30 – 10:00 JOGA PORANNA ROBERT	POWER ABS. ANIA	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) MAGDA	CROSS TRAINING MICHAŁ	
10.00 10.55	PILATES ASIA	T. SIŁOWO- OBWODOWY ELA	SUPER SENIOR ASIA	NOWOŚĆ!! FIT PUPA ANGELIKA	PILATES & STRETCH ASIA	T. SIŁOWO- OBWODOWY ELA	PILATES ASIA	NOWOŚĆ!! FIT PUPA ANGELIKA	REHA PILATES ASIA	T. SIŁOWO- OBWODOWY ELA	CROSS TRAINING KUBA	STRETCHING ANIA	STRETCHING ANIA	
11.00 11.55	SZKOŁA PLECÓW ASIA		SZKOŁA PLECÓW ASIA		SZKOŁA PLECÓW ASIA		SZKOŁA PLECÓW ASIA		SZKOŁA PLECÓW ASIA		MOBILITY KUBA	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) MAGDA		
15:00 15:55	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA				NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA									
16:00 16:55	TRENING FUNKCJONALNY PATI	BRZUCH UDA POŚLADKI DOROTA	TRENING FUNKCJONALNY PATI	POWER ABS ANIA	BODY SHAPE DOROTA	TRENING FUNKCJONALNY PATI	TRENING FUNKCJONALNY PATI	POWER ABS ANIA	TRENING FUNKCJONALNY PATI	BRZUCH UDA POŚLADKI DOROTA	AEROBOX PATRYK		TRENING SIŁOWO – OBWODOWY PATRYK	
17.00 17.55	TRENING SIŁOWO – OBWODOWY ELA	SZKOŁA PLECÓW ROBERT	ABS CELLULIT STOP EWA	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA	TRENING SIŁOWO – OBWODOWY ELA	FIT FORMA AGATA	CHOREO STEP EWA	PŁASKI BRZUCH AGATA	TRENING SIŁOWO – OBWODOWY ELA	SZKOŁA PLECÓW ROBERT	RUNMAGEDDON PATRYK		NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) MAGDA	
18.00 18.55	PILATES KASIA	POWER ABS ANIA	POWER STRETCH EWA	PŁASKI BRZUCH AGATA	PILATES KASIA	BE FIT AGATA	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI PATI	STRETCH RELAX EWA	SALSATION KRZYSZTOF	STRETCHING ANIA			NOWOŚĆ!! BOKS PATRYK	
19.00 19.55	SALSATION KRZYSZTOF	SLIM BODY KUBA	BRAZYLIJSIE POŚLADKI PATI	IRON BODY AGATA	BODY PERFECT PATI	JOGA FUNKCJONALNA (POZIOM I) ROBERT	ZUMBA MICHAŁ	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA	SLIM BODY KUBA	JOGA FUNKCJONALNA (POZIOM II) ROBERT				
20.00 20.55	RUNMAGEDDON PATRYK	JOGA FUNKCJONALNA (POZIOM I) ROBERT	ZUMBA WZMACNIANIE PATI	NOWOŚĆ!! BOKS PATRYK	RUNMAGEDDON PATRYK	JOGA FUNKCJONALNA (POZIOM II) ROBERT	CROSS TRAINING KUBA	NOWOŚĆ!! JUMP IT (ZAPISY) ANGELIKA	20:30-21:25 CROSS TRAINING MICHAŁ	RUNMAGEDDON PATRYK				

SALA SPINNINGOWA

GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8.30 9.25	SPINNING JOWITA	-	SPINNING MARIUSZ	-	-	-	-
10.00 10.55	-	-	-	-	-	SPINNING JUSTYNA	SPINNING MARIUSZ
17.00 17.55	SPINNING POCZĄTKUJĄCY MARIUSZ	SPINNING JUSTYNA	SPINNING JUSTYNA	SPINNING MARIUSZ	SPINNING MARIUSZ	-	-
18.00 18.55	SPINNING ELA	SPINNING ARTUR	SPINNING ELA	SPINNING JUSTYNA	-	-	SPINNING ARTUR
19.00 19.55	TRENING KOLARSKI MAREK	SPINNING (SIŁOWY) MARIUSZ	TRENING KOLARSKI MAREK	-	-	-	-

SALA POLE DANCE*

GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
11.00 11.55	-	-	-	-	-	POLE DANCE KASIA W.
12.00 12.55	-	-	-	-	-	POLE DANCE KASIA W.
16:00 16:55	-	POLE DANCE GRUPA POCZĄTKUJĄCA ORIANA	-	-	-	-
17.30 18.25	POLE DANCE GRUPA MIESZANA RENATA	<u>17:00-17:55</u> POLE DANCE GRUPA POCZĄTKUJĄCA ORIANA	-	<u>17:00-17:55</u> POLE DANCE GRUPA POCZĄTKUJĄCA ORIANA	POLE DANCE GRUPA POCZĄTKUJĄCA KASIA W.	-
18.30 19.25	POLE DANCE GRUPA MIESZANA KASIA W.	<u>18:00-18:55</u> POLE DANCE GRUPA ZAAWANSOWANA ORIANA	POLE DANCE GRUPA MIESZANA KASIA W.	<u>18:00-18:55</u> POLE DANCE GRUPA ZAAWANSOWANA ORIANA	-	-
19.30 20.25	-	-	-	POLE DANCE GRUPA MIESZANA RENATA	-	-

***NA ZAJĘCIA POLE DANCE OBOWIĄZUJĄ ZAPISY W RECEPCJI KLUBU**