



	Poniedziałek		Wtorek		Środa		Czwartek		Piątek	Sobota	Niedziela
	I sala	II sala	I sala	10:15	I sala	II sala	I sala		I sala	I sala	I sala
<b>9.00</b>	STRETCHING Małgorzata		BT+BS Małgorzata	Zdrowy Kręgosłup Małgorzata	FITBALL Magorzata		Zdrowy Kręgosłup Małgorzata		9:00 FITBALL Małgorzata	9:30 FITBALL Magorzata	9:30 SHAPE Magorzata
										10:30 Zdrowy Kręgosłup Ewa M	
<b>18.00</b>		PILATES Ewa M.	TBC Marta D.		FIT BODY Kinga		FITBALL (dni parzyste) STRETCHING Agata		FAT KILLER Beata S. 17:30- 18:50		
<b>19.00</b>	Gimn.Terap eutyczna Ewa M.		FITBALL Marta D.	ZUMBA Brzuch Ewa W.	ABT+ TABATA Kinga	*	BT+BS Agata	*	jeden trening 80min		
<b>20.00</b>	*	CELLULIT Ewa W.	PILATES & Stretch Marta D.				ZUMBA Ewa W.				
<b>21.00</b>		ZUMBA Ewa W.									

na treningi  
obowiązuje  
kolejność  
wejść na  
zajęcia: I sala  
25 osób, II  
sala 15 osób

Bez względu na podane opisy ćwiczeń, przed zapisaniem się na zajęcia ruchowe zasięgnij porady lekarza

**Honorujemy Benefit, Fit Sport, Profit, BeActive, OK System.**

Gimn.Terapeutyczna, Tabata, Zumba, Fat Killer, Cellulit, Fit Body, Fitball, Stretching, Pilates, Zdrowy Kręgosłup, TBC.