

Grafik zajęć grupowych fitness • sala fitness - 1 piętro

|       | Poniedziałek   | Wtorek                                      | Środa   | Czwartek                                      | Piątek  | Sobota  | Niedziela |
|-------|--|---|---|---|---|---|-----------|
| 09:00 |  |   |   |   |   | TRENING OBWODOWY HIIT<br>Agnieszka  |           |
| 10:00 |  |   |   |   |   | AKADEMIA TALENTÓW<br>Zajęcia dla dzieci<br>Paulina<br><i>*zajęcia co drugą sobotę</i> |           |
| 11:00 |  |   |   |   |   |   |           |
| 16:00 | Stowarzyszenie pasjonatów<br>tańca EGO<br>Zajęcia dla dzieci<br>Gabriela |   |   |   |   |   |           |
| 17:00 |  |   |   |   | TRENING OBWODOWY 45'<br>Agnieszka               |   |           |
| 18:00 |  | SLIM BODY<br>+ WZMACNIANIE TBC<br>Agnieszka |   | SLIM BODY<br>+ WZMACNIANIE TBC<br>Agnieszka   | BODYPUMP DLA<br>POCZĄTKUJĄCYCH 30'<br>Agnieszka |   |           |
| 19:00 | 19:15   JUMP CHOREOGRAFIA<br>Agnieszka                                   | JUMP + TUBING 30'<br>Agnieszka              | JUMP + WZMACNIANIE RĘCE<br>I POŚLADKI + TUBING<br>Agnieszka | KETTLEBELL<br>(ZAJĘCIA W PARACH)<br>Agnieszka |   |   |           |
| 20:00 |  |   |   |   |   |   |           |

Grafik zajęć grupowych fitness • sala fitness - parter

|       | Poniedziałek                                    | Wtorek                 | Środa  | Czwartek   | Piątek  | Sobota                                      | Niedziela |
|-------|---|------------------------|--|--|---|---|-----------|
| 10:00 |   |                        |  |  |   | POWER STEP<br>Zajęcia dla dzieci<br>Melania |           |
| 11:00 |   |                        |  |  |   |   |           |
| 12:00 |   |                        |  |  |   |   |           |
| 15:00 |   |                        |  |  | 15:30   DANCE HALL<br>Aleksandra                    |   |           |
| 16:00 |   | DANCE HALL<br>Karolina | Stowarzyszenie pasjonatów<br>tańca EGO<br>Zajęcia dla dzieci<br>Gabriela | 16:30   ZUMBA KIDS<br>GRUPA 3 - 6 LAT<br>Marzena | 16:30   POWER STEP<br>Zajęcia dla dzieci<br>Melania |   |           |
| 17:00 | 17:20   ZUMBA<br>Marzena                        |                        |  |  |   |   |           |
| 18:00 | 18:30   ZUMBA KIDS<br>GRUPA 7-12 LAT<br>Marzena |                        |  | 17:30 - 18:30   ZUMBA<br>Marzena                 |   |   |           |
| 19:00 |   |                        |  |  |   |   |           |