

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	NIEDZIELA
			10.00 AKTYWNY SENIOR (zapisy)			
				12.00 AKTYWNY SENIOR (zapisy)		
17.00	SHAPE&STRETCH Monika	AKTYWNA + 40 -tka (35-65 r.ż) Monika	Zajęcia zawieszono na okres wiosna-lato	SHAPE&STRETCH Monika	Zajęcia zawieszono na okres wiosna-lato	11.00 Fit YOGA Agnieszka
18.00	ZDROWY KRĘGOSŁUP Marysia	BUPS (brzuch-uda-pośladki) Monika	ZDROWY KRĘGOSŁUP Monika	ZDROWY KRĘGOSŁUP Marysia	ZUMBA Zajęcia zawieszono na okres wiosna-lato	12.00 ZUMBA Asia
19.00	TBC Monika	ZUMBA Asia	PŁASKI BRZUCH&SHAPE Magda	BUPS Monika	Fit YOGA Agnieszka	
20.00	SEXI POLE DANCE poziom „0” Alicja 20.00 STREET WORKOUT Fabian (teren klubu)	TBC Darek	KALISTENIKA Fabian	SEXI POLE DANCE poziom „1” Alicja	W piątki klub czynny do godz. 20.00	
21.00	SEXI POLE DANCE poziom „1” Alicja	SEXI POLE DANCE poziom „0” -tworzymy nową grupę zapisy!!!	SEXI POLE DANCE poziom „0” Alicja	ZUMBA Asia		

zielony – zajęcia taneczne, spalanie

różowy – intensywne, wyszczuplenie-spalanie, modelowanie sylwetki

szary – zajęcia wzmacniające, siłowe, modelowanie sylwetki

błękitny, niebieski – prozdrowotne, rozciągająco-wzmacniające

żółty – modelowanie sylwetki, zajęcia ujędrniająco-wzmacniające

czerwony – zajęcia dla dzieci

