


	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	<b>SALA A-STREFA FITNESS/POLE DANCE</b>						
15.00	OPEN POLE wynajem rurki na własny trening bez instruktora	OPEN POLE wynajem rurki na własny trening bez instruktora	OPEN POLE wynajem rurki na własny trening bez instruktora	OPEN POLE wynajem rurki na własny trening bez instruktora	OPEN POLE wynajem rurki na własny trening bez instruktora	10.00 POLE DANCE-od podstaw -WOLNE MIEJSCE Angelika 11.00 POLE KIDS (dziewczynki)	11.00-12.15 JOGA- Vinyasa Flow Monika zapisy!
16.00	<b>taniec-Jazz (dzieci)</b> Paulina wkrótce nowość	16.00-19.00 KUMGANG DANCE by Bernard !!!szkoła tańca! HIP HOP grupy początkujące i zaawansowane 16.00-19.00 zapisy 667-820-825	<b>16.30 !</b> <b>CAPOEIRA</b> <b>4-9 lat</b>  <i>Muzenza</i>	<b>taniec-Jazz (dzieci)</b> Paulina wkrótce nowość	16.00-19.00 KUMGANG DANCE by Bernard !!!szkoła tańca! HIP HOP grupy początkujące i zaawansowane 16.00-19.00 zapisy 667-820-825	12.30 Towarzyski dla przedszkolaków 4-6 lat  <b>13.30-21.00</b> Taniec towarzyski dla dorosłych Taniec użytkowy dla dorosłych, lekcje indywidualne -zapisy Michał & Paulina 694-574-371	
17.00	POLE KIDS -akrobatyka na drążku pionowym (dziewczynki od 6 r.ż)			<b>taniec-Jazz (dzieci)</b> Paulina wkrótce nowość			
18.00	POLE DANCE od PODSTAW  Marika		ZDROWY KRĘGOSŁUP  Monika	<b>taniec-Jazz (dzieci)</b> Paulina wkrótce nowość			
19.00	TBC Monika	POLE DANCE od PODSTAW  Angelika	POLE DANCE od PODSTAW Marika  wkrótce	POLE DANCE od PODSTAW  Angelika	<b>SZPAGAT PETARDA</b> Natasza Gubenko <b>Zapisy!nowa grupa!</b>		
20.00	CALLANETICS Magda	POLE DANCE od PODSTAW Angelika	CALLANETICS Magda	POLE DANCE od PODSTAW Angelika	<b>POLE DANCE/EXOTIC</b> Natasza Gubenko <b>Zapisy!nowa grupa!</b>		
21.00	POLE DANCE od PODSTAW Natasza Gubenko  <b>NOWOŚĆ !!!wkrótce-zapisy</b>	Trening TRX Rafal	FIT YOGA Agnieszka	Trening TRX Rafal	POLE DANCE Natasza Gubenko <b>Zapisy!nowa grupa!</b>		<b>PATRZ</b> <b>SALA B</b>

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	<b>SALA B- DUŻA</b>						
<b>17.00</b>	SHAPE&STRETCH  Monika	<b>16.00-19.30</b> <b>KUMGANG AKADEMIA</b> <b>SPORTÓW WALKI</b> Taekwondo Olimpijskie grupy początkujące i zawodnicze <b>791-943-444</b>	<b>17.00</b> GIMNASTYKA SPORTOWA (POZIOM „0”- dzieci 4-6 lat)  Norbert	<b>16.00-19.30</b> <b>KUMGANG</b> <b>AKADEMIA SPORTÓW</b> <b>WALKI</b> Taekwondo Olimpijskie grupy początkujące i zawodnicze <b>791-943-444</b>	<b>17.00</b> <b>GIMNASTYKA</b> <b>ARTYSTYCZNA</b> Ola (dziewczynki 6-9 lat)	<b>Sobota i niedziela:</b> REZERWACJA NA URODZINY dla dzieci, WIECZORY PANIĘSKIE, WARSZTATY, BALE  <i>terminy ustalane indywidualnie</i>	<b>10.00 !</b> TRENING OBWODOWY  Ada <b>ZAPISY!</b>
<b>18.00</b>	PILATES Marysia		<b>18.00</b> GIMNASTYKA SPORTOWA-akrobatyka (POZIOM „1” dzieci od 7 r.ż.)  Norbert		<b>18.00</b> <b>GIMNASTYKA</b> <b>ARTYSTYCZNA</b> Ola (dziewczynki od 10 r.ż.)		
<b>19.00</b>	ZDROWY KRĘGOSŁUP  Marysia	<b>19.30</b> TRENING OBWODOWY Ada	BUPS Monika	<b>19.30</b> TRENING OBWODOWY Ada	<b>19.00</b> TBC Monika		<b>11.00 !</b> <b>CROSS KIDS</b> od 8 r.ż. -trening siłowo- sprawnościowy dla dzieci  Ada <b>ZAPISY!</b>
<b>20.00</b>	<b>SZPAGAT</b> <b>PETARDA</b> Natasza Gubenko <i>Zapisy! nowa grupa!</i>	<b>20.30- 21.30</b> <b>BACHATA SOLO DANCE</b> Wiolka <i>Nowość !</i>		<b>20.30-21.30</b> Vinyasa Flow (JOGA) Monika zapisy!	FIT YOGA Agnieszka		
<b>21.00</b>	FIT YOGA  Agnieszka						

**Czas trwania zajęć 50 min.**

**PONIEDZIAŁEK GODZ.17.00 TANIEC W ANIMACJI (mała salka)**

**Strefa ĆWICZEŃ DLA KOBIET** (bieżnie, orbitreki, steppery, rowery, atlas) dostępność w godzinach otwarcia klubu 15-22