


|              | PONIEDZIAŁEK   | WTOREK   | ŚRODA  | CZWARTEK  | PIĄTEK   | SOBOTA   | NIEDZIELA |
|--------------|--|--|--|---|--|--|-----------|
|              | <b>SALA A-STREFA FITNESS/POLE DANCE</b>                      |  |  |   |  |  |           |
| <b>15.00</b> | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora  | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora |  |           |
| <b>16.00</b> | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora |  | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora  | OPEN POLE<br>wynajem rurki na własny trening bez instruktora | <b>12.30</b> Towarzyski dla przedszkolaków 4-6 lat<br><br><b>13.30-21.00</b><br>Taniec towarzyski dla dorosłych<br>Taniec użytkowy dla dorosłych, lekcje indywidualne -zapisy Michał & Paulina 694-574-371 |           |
| <b>17.00</b> | ZUMBA KIDS   | POLE KIDS  | BALET/Taniec NOWOCZESNY4-7 lat                               | GIMNASTYKA ARTYSTYCZNA<br>od 7 lat                            |  |  |           |
| <b>18.00</b> | SZCZUPŁA SYLWETKA  | POLE DANCE   | ZDROWY KRĘGOSŁUP   | POLE KIDS   | ZUMBA<br>Zbieramy grupę!<br><b>NOWOŚĆ!</b>                   |  |           |
| <b>19.00</b> | TBC  | POLE DANCE   | BUPS   | POLE DANCE  | <b>19.00</b><br>ZDROWY KRĘGOSŁUP                             |  <b>PATRZ SALA B</b>  |           |
| <b>20.00</b> | POLE DANCE<br>MŁODZIEŻ                                       | POLE DANCE<br>MŁODZIEŻ                                       | CALLANETICS  | POLE DANCE  | <b>20.00</b><br>JOGA   |  |           |
| <b>21.00</b> | FIT YOGA   | POLE DANCE<br>Zapisy !!!<br>zbieramy grupę!                  | FIT YOGA   | BASIC POLE DANCE<br>Gr.początkująca!<br>Zapisy do nowej grupy |  | <b>Czas trwania wszystkich zajęć 50 min.</b>   |           |

|              | PONIEDZIAŁEK   | WTOREK  | ŚRODA   | CZWARTEK   | PIĄTEK  | SOBOTA   | NIEDZIELA  |
|--------------|--|---|---|--|---|--|--|
|              | <b>SALA B- DUŻA</b>  |   |   |  |   |  |  |
|              | <b>16.00</b><br>GIMNASTYKA SPORTOWA-mini grupa (max 6os.)<br><i>(dzieci 3-5 lat)</i><br><b>17.00</b><br>GIMNASTYKA SPORTOWA-akrobatyka (od 6r.ż) | <b>17.00-19.30</b><br><b>KUMGANG</b><br><b>Taekwondo Olimpijskie</b><br><br><b>zapisy</b><br><b>791-943-444</b> | <b>16.00</b><br>GIMNASTYKA SPORTOWA-mini grupa (max 6os.)<br><i>(dzieci 4-6 lat)</i><br><b>17.00</b><br>GIMNASTYKA SPORTOWA-akrobatyka (od 7 r.ż) | <b>17.00-19.30</b><br><b>KUMGANG AKADEMIA</b><br><b>Taekwondo Olimpijskie</b><br><br><b>zapisy</b><br><b>791-943-444</b> | <b>17.00</b><br>FIT KIDS (zajęcia sportowe dla najmłodszych)<br><br><i><b>nowość!</b></i><br><i><b>Zbieramy grupę!</b></i><br><i><b>Zapisy!!!</b></i> | <b>Sobota i niedziela:</b><br>REZERWACJA NA URODZINY dla dzieci, WIECZORY PANIEŃSKIE, WARSZTATY, BALE<br><br><i>terminy ustalone indywidualnie</i> |  |
| <b>18.00</b> | <b>18.00</b><br>GIMNASTYKA SPORTOWA-akrobatyka (od 7 r.ż)  |   | <b>18.00</b><br>GIMNASTYKA SPORTOWA-akrobatyka (od 7 r.ż)   |  | <b>18.00</b><br>TRENING ODCHUDZAJĄCY 40 +   |  |  |
| <b>19.00</b> | ZDROWY KRĘGOSŁUP   | <b>19.30</b><br>TRENING ODCHUDZAJĄCY 40 +   | AKROBATYCZNO-GIMNASTYCZNY TRENING INDYWIDUALNY  | <b>19.30</b><br>TRENING ODCHUDZAJĄCY 40 +  |   |  | <b>PATRZ SALA C</b><br><br> |
| <b>20.00</b> | CALLANETICS  | <b>20.30</b><br>JOGA  | AKROBATYCZNO-GIMNASTYCZNY TRENING INDYWIDUALNY  | <b>20.30</b><br>SZCZUPŁA SYLWETKA-TRENING OBWODOWY   |   |  |  |
| <b>21.00</b> |  |   | AKROBATYCZNO-GIMNASTYCZNY TRENING INDYWIDUALNY  |  |   |  |  |

### SALA C

|  | PONIEDZIAŁEK  | WTOREK  | ŚRODA | CZWARTEK | PIĄTEK  | SOBOTA<br>A | NIEDZIELA  |
|--|---|---|-------|----------|---|-------------|--|
|  | <p>TRENING<br/>UMIEJĘTNOŚCI<br/>SPOŁECZNYCH<br/><b>TUS</b>, Terapia Ręki,<br/>Terapia<br/>pedagogiczna<br/>„Mali Odkrywcy”<br/><br/><b>tel. 696-758-777</b></p> | <p><b>SOWARD</b><br/><b>Smart Kids-kurs</b><br/><b>kompetencji</b><br/><b>społecznych</b><br/><b>17.30-19.00</b><br/>zajęcia dla dzieci i<br/>młodzieży<br/>dowiedz się więcej pod<br/>nr tel.<br/><b>609 -030 -196</b></p> |       |          | <p><b>KLUB</b><br/><b>ROBOTA</b><br/><b>„ROBOTYKA”</b><br/><b>18.30-19.30</b><br/><br/><b>691-852-255</b></p> |             | <p>URODZINY DLA<br/>DZIECI w weekend<br/>NA SPORTOWO,<br/>EKSPERYMENTY, ANI<br/>MACJE, WARSZATY<br/>TEMATYCZNE-<br/>plastyczne, robienie<br/>mydełek, świec i inne</p> |
|  |   |   |       |          |   |             |  |

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