

### SALA DOLNA

GODZ.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
10:00						TRENING OBWODOWY OLA
11:00						STRETCHING ROLOWANIE OLA
16:00	CARDIO + WZMACNIANIE OLA	CARDIO ATTACK KAMIL	FIT SYLWETKA OLA	BRZUCH + SPALANIE NORBERT	AKCJA LATO OLA	
17:00	SZTANGI OLA	TRENING OBWODOWY OLA	ABS MOCNY BRZUCH NORBERT	AKCJA LATO EWA	TABATA + ABS OLA	
18:00	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI OLA	POWER GYM BASIA	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI OLA	INTERWAŁ OLA	PUMP & TONE BASIA	
19:00	TABATA KAMIL	PILATES + ZDROWY KRĘGOSŁUP BASIA	AKCJA LATO NORBERT	CIAŁOKSZTAŁT EDYTA	STRETCHING BASIA	

### SALA GÓRNA

GODZ.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
08:15	MORNING CARDIO EDYTA	AKCJA LATO EWA	TRENING OBWODOWY EDYTA	MOCNE NOGI I POŚLADKI EWA	CARDIO + ABS EDYTA	
16:30	SPARTAN TRAINING + FIGHT DANIEL		FIGHT CLUB DANIEL			
17:00		WYNAJEM SALI				
18:00	ABS MOCNY BRZUCH BASIA	CIAŁOKSZTAŁT EDYTA	HITT CARDIO NORBERT	MOCNE CIAŁO BARTOSZ	CIAŁOKSZTAŁT EDYTA	
19:00	TRENING BIEGACZA BASIA	FIT DANCE KLAUDIA	SHAPE DANCE KAMILA	TABATA + ABS KAMIL	FIT DANCE KLAUDIA	
20:00		SHORT CLASS 30MIN WZMACNIANIE KLAUDIA				

### INDOOR CYCLING

GODZ.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
18:00	EWA	OLA		EWA	OLA	
19:00	OLA	OLA	OLA	OLA		

### SALA TANECZNA - 1

GODZ.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
10:00						
17:30	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA POCZĄTKUJĄCA 7-9 LAT	ZAJĘCIA TANECZNE 4-6 LAT GRUPA POCZĄTKUJĄCA	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA POCZĄTKUJĄCA 7-9 LAT	ZAJĘCIA TANECZNE 4-6 LAT GRUPA ZAAWANSOWANA	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA POCZĄTKUJĄCA 4 - 6 LAT	
18:30	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA ZAAWANSOWANA 10-13 LAT	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA ZAAWANSOWANA 7-9 LAT	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA ZAAWANSOWANA 10-13 LAT	ZAJĘCIA TANECZNE GRUPA ZAAWANSOWANA 7-9 LAT	ZAJĘCIA TANECZNE 4-6 LAT GRUPA ZAAWANSOWANA	
19:30	ZAJĘCIA TANECZNE 14 LAT +		ZAJĘCIA TANECZNE 14 LAT +			