

GRAFIK ZAJĘĆ FITNESS

fitness
OLIMPIA

| | PONIEDZIAŁEK | | WTOREK | | ŚRODA | | CZWARTEK | | PIĄTEK | | SOBOTA | |
|-------|--|--|---|--|--|--|--|---|--|--|--|---|
| 8:15 | INDOOR WALKING PŁASKI BRZUCH Agnieszka | | | INDOOR WALKING BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Agnieszka | | INDOOR WALKING FIT SYLWETKA Agnieszka | INDOOR WALKING PŁASKI BRZUCH Agnieszka | | INDOOR WALKING BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Martyna | | 8:00 PILATES Justyna | <u>08:00</u> INDOOR WALKING FIT SYLWETKA Martyna |
| 17:00 | TRENING OBWODOWY Ola | INDOOR WALKING FIT SYLWETKA Gosia | ZDROWY KRĘGOSŁUP Małgosia | INDOOR WALKING BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Jessica | ZUMBA Karolina | INDOOR WALKING BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Jessica | PUMP Agnieszka | INDOOR WALKING FIT SYLWETKA Jessica | GT TRENING Agnieszka | INDOOR WALKING SPALANIE Jessica | 09:00 POWER PILATES Justyna | 09.00 INDOOR WALKING FIT SYLWETKA Martyna |
| 18:00 | ZUMBA Magda | INDOOR WALKING SPALANIE Gosia | FIT BALL Agata | INDOOR WALKING SPALANIE Jessica | TRENING METABOLICZNY Jessica | INDOOR WALKING SPALANIE Kasia | ZDROWY KRĘGOSŁUP Katarzyna | INDOOR WALKING PŁASKI BRZUCH Kasia | YOGA Marzena Pyrek | INDOOR WALKING PLUS SIZE Agnieszka | 10:00 ZUMBA Karolina | |
| 19:00 | POWER PILATES Justyna | INDOOR WALKING PŁASKI BRZUCH Gosia | POWER PILATES Małgorzata Cz. | INDOOR WALKING PŁASKI BRZUCH Agnieszka | PILATES + MIĘŚNIE DNA MIEDNICY Basia | INDOOR WALKING PŁASKI BRZUCH Kasia | POWER PILATES Katarzyna | INDOOR WALKING SPALANIE Kasia | | INDOOR WALKING +BPU Agnieszka | | |
| 20:00 | PILATES Justyna | | PILATES + ZDROWY KRĘGOSŁUP Małgorzata Cz. | INDOOR WALKING + SIZE Agnieszka | ZDROWY KRĘGOSŁUP Basia | INDOOR WALKING KETTLE Agnieszka | PILATES + ZDROWY KRĘGOSŁUP Katarzyna | INDOOR WALKING START Agnieszka | | | | |

TRENING OBWODOWY NA SIŁOWNI PONIEDZIAŁEK 19.00 i CZWARTEK 19.00