

ZASTĘPSTWA ZAJĘĆ FITNESS

BĄDŹ NA CZASIE



PONIEDZIAŁEK 29.07

Godz.	Zajęcia	Prowadzący
16:00	Stretching (zamiast Pilatesu)	Paweł U.
17:00	Zdrowy Kręgosłup	Kamil C.
18:00	Tabata	Ignacy

WTOREK 30.07

Godz.	Zajęcia	Prowadzący
08:00	Tabata	Olga
09:00	Trening obwodowy	Olga
10:00	Stretching	Olga
17:00	Brazylijskie Pośladki	Vadym
18:00	Smukła Sylwetka	Vadym
19:00	Stretching	Vadym

ŚRODA 31.07

Godz.	Zajęcia	Prowadzący
09:00	Aqua Basic	Patrycja
10:00	Aqua Wzmacnianie	Patrycja
20:00	Pilates	Basia

ZASTĘPSTWA ZAJĘĆ FITNESS

BĄDŹ NA CZASIE



CZWARTEK 01.08

Godz.	Zajęcia	Prowadzący
17:00	Brazylijskie Pośladki	Olga
18:00	Zdrowy Kręgosłup	Olga

PIĄTEK 02.08

Godz.	Zajęcia	Prowadzący
08:00	Joga	odwołane
09:00	Relaks z medytacją	odwołane

NIEDZIELA 04.08

Godz.	Zajęcia	Prowadzący
18:00	Strong Nation	odwołane
19:00	Mobility	odwołane