

GRAFIK ZAJĘĆ FITNESS

Poniedziałek

Wtorek

Środa

Czwartek

Piątek

Sobota

Niedziela

6:30

CARDIO PORANEK + ABS
M. Jaros 50 min

7:00

8:00

9:00

ZDROWY KRĘGOSŁUP
K.Jany 50 min.

BODY PUMP
M. Jaros 50min.

10:00

BPU K.Jany
50min.

JOGA A. Szydełko
90 min.

JOGALATES
A. Piecuch 50 min.

11:00

12:00

13:00

14:00

AKTYWNY SENIOR
J.Czaja 45 min

GODZINY DLA ZDROWIA
-SENIOR-
50 min.

GODZINY DLA ZDROWIA
-SENIOR-
50 min.

15:00

16:00

BPU M.Jaros
50min.

OBWODZIK KIDS
W.Bytom 50 min

17:00

CROSS M. Jaros
50 min.

FULL BODY WORKOUT
W. Bytom 50 min.

OBWODOWY
W.Bytom 50 min.

ZDROWY KRĘGOSŁUP
K.Jany 50 min.

CROSS
M.Jaros 50 min.

BEFORE PARTY
W. Bytom 50 min.

18:00

BODY PUMP
W. Bytom 50min.

BPU W. Bytom
50min.

FUNCTIONAL STEP
K.Jany 50 min.

TBC FREESTYLE INTRO CROSS
M. Jaros 50 min.

19:00

ZUMBA N.Paś
50 min.

ZUMBA J.Wostal-Matysiek
50 min.

TABATA W. Bytom
50 min.

PILATES A.Furmaniuk
50 min.

TABATA M. Jaros
50 min.

20:00

PILATES A. Furmaniuk
50min.

JOGA A.Piecuch
70 min.

ZUMBA N.Paś
50 min.

JOGA A. Szydełko
90 min.