

PONIEDZIAŁEK									
07:15 – 08:15 KETTLEBELL Aneta Przepióra SALA KETTLEBELL	8:30 – 9:30 TRENING OBWODOWY Klaudia Ptak SALA COMBAT	9:30 – 10:30 PILATES SENIOR Klaudia Ptak SALA COMBAT	17:30 – 18:30 STEP ** Klaudia Ptak SALA COMBAT	17:30 – 18:30 PILATES Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	18:00 – 19:00 KETTLEBELL Andrzej Jodłowski SALA KETTLEBELL	18:45 – 19:45 BPU SHAPE Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	18:45 – 19:45 STRONG BY ZUMBA Małgorzata Ostrowska-Rzepko SALA DANCE	19:00 – 20:00 MCCT BOSU Aneta Przepióra SALA COMBAT	20:15 – 21:15 TRX Aneta Przepióra SALA COMBAT
WTOREK									
08:30 – 09:30 STEP SHAPE Klaudia Ptak SALA COMBAT	09:30 – 10:30 GIMNASTYKA SENIOR Martyna Burek SALA COMBAT	16:30 – 17:30 ZDROWY KRĘGOSŁUP Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	17:30 – 18:30 TRENING OBWODOWY Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	17:45 – 18:45 PUMP Aneta Przepióra SALA COMBAT	18:00 – 19:00 KETTLEBELL Jakub Bętkowski SALA KETTLEBELL	19:00 – 20:00 STEP *** Aneta Przepióra SALA COMBAT	19:30 – 20:30 PROJECT SLIM Dominika Szala-Synoś SALA MENTAL		
ŚRODA									
09:15 – 10:15 ZDROWY KRĘGOSŁUP SENIOR Renata Kowalska SALA COMBAT	10:15 – 11:15 AEROBIC Renata Kowalska SALA COMBAT	17:30 – 18:30 KETTLEBELL BASIC Alicja Marek SALA KETTLEBELL	17:30 – 18:30 PILATES Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	18:00 – 19:00 STEP SHAPE Aneta Przepióra SALA COMBAT	18:45 – 19:45 FITBALL Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	19:15 – 20:15 KETTLEBELL Aneta Przepióra SALA KETTLEBELL	19:15 – 20:15 TRX Jakub Bętkowski SALA COMBAT		
CZWARTEK									
07:15 – 08:15 KETTLEBELL Klaudia Ptak SALA KETTLEBELL	08:30 – 09:30 PILATES & STRETCH Klaudia Ptak SALA COMBAT	09:30 – 10:30 GIMNASTYKA SENIOR Martyna Burek SALA COMBAT	17:45 – 18:45 ZUMBA Małgorzata Ostrowska -Rzepko SALA COMBAT	18:30 – 19:30 BPU SHAPE Magdalena Sypek-Kleiba SALA MENTAL	19:00 – 20:00 KETTLEBELL Andrzej Jodłowski SALA KETTLEBELL	19:00 – 20:00 MCCT STEP Aneta Przepióra SALA COMBAT	19:30 – 20:30 PROJECT SLIM Dominika Szala-Synoś SALA MENTAL	20:15 – 21:15 TRX Aneta Przepióra SALA COMBAT	
PIĄTEK									
09:15 – 10:15 ZDROWY KRĘGOSŁUP SENIOR Renata Kowalska SALA COMBAT	10:15 – 11:15 TBC STEP Renata Kowalska SALA COMBAT	16:30 – 17:30 TBC SHAPE Klaudia Ptak SALA COMBAT	17:30 – 18:30 KETTLEBELL Klaudia Ptak SALA KETTLEBELL	18:00 – 19:00 STEP *** Aneta Przepióra SALA COMBAT	19:15 – 20:15 PUMP Aneta Przepióra SALA COMBAT				
SOBOTA					NIEDZIELA				
08:30 – 09:30 KETTLEBELL Aneta Przepióra SALA KETTLEBELL	10:00 – 11:00 TRENING OBWODOWY Małgorzata Stepień SALA COMBAT SALA MENTAL	9:45 – 10:45 ANIMAL FLOW Aneta Przepióra SALA KETTLEBELL SALA MENTAL			10:00 – 11:00 MCCT STEP Aneta Przepióra SALA COMBAT	11:15 – 12:15 MOBILITY Aneta Przepióra SALA COMBAT			

PONIEDZIAŁEK							
<u>17:30 – 18:30</u> ZUMBA Małgorzata Ostrowska-Rzepko SALA COMBAT		<u>17:30 – 18:30</u> BODY & SPACE Katarzyna Mocek SALA MENTAL		<u>18:45 – 19:45</u> ZDROWY KRĘGOSŁUP Robert Mazur SALA MENTAL		<u>19:45 – 20:45</u> MULTI TEMPO Dominika Szala-Synoś SALA COMBAT	
WTOREK							
<u>17:30 – 18:30</u> BODY & SPACE Katarzyna Mocek SALA MENTAL	<u>17:30 – 18:00</u> PŁASKI BRZUCH 30' Elżbieta Pisarek SALA COMBAT	<u>18:00 – 19:00</u> STEP ** Elżbieta Pisarek SALA COMBAT	<u>18:30 – 19:30</u> PILATES Aneta Dereń SALA MENTAL	<u>19:00 – 20:00</u> PUMP Małgorzata Stępień SALA COMBAT	<u>19:30 – 20:30</u> BPU SHAPE Mateusz Dudek SALA MENTAL		
ŚRODA							
<u>17:30 – 18:30</u> STRONG BY ZUMBA Małgorzata Ostrowska-Rzepko SALA COMBAT	<u>17:30 – 18:30</u> ZDROWY KRĘGOSŁUP Aneta Dereń SALA MENTAL	<u>18:30 – 19:30</u> JOGA BASIC Klaudia Ptak SALA MENTAL	<u>18:45 – 19:45</u> TRENING OBWODOWY Aneta Micał SALA COMBAT	<u>19:45 – 20:45</u> MULTI TEMPO Dominika Szala-Synoś SALA MENTAL	<u>20:00 – 21:00</u> BOKS Top Team Trener SALA COMBAT		
CZWARTEK							
<u>17:30 – 18:30</u> GIMNASTYKA Łukasz Gębara STREFA SW	<u>17:30 – 18:30</u> BODY & SPACE Elżbieta Pisarek SALA MENTAL	<u>17:30 – 18:30</u> LATIN DANCE Dominika Szala-Synoś SALA COMBAT	<u>18:30 – 19:00</u> PŁASKI BRZUCH 30' Katarzyna Mocek SALA COMBAT	<u>19:00 – 20:00</u> BALANCE & STRETCH Katarzyna Mocek SALA MENTAL	<u>19:30 – 20:30</u> BPU SHAPE Małgorzata Stępień SALA COMBAT		
PIĄTEK							
<u>17:30 – 18:30</u> STEP SHAPE Aneta Micał SALA COMBAT		<u>18:00 – 19:00</u> PILATES & STRETCH Aneta Dereń SALA MENTAL		<u>18:30 – 19:30</u> PUMP Elżbieta Pisarek SALA COMBAT		<u>19:30 – 20:30</u> TRENING OBWODOWY Jakub Bętkowski SALA MENTAL	

PONIEDZIAŁEK		
<u>16:00 – 17:00</u> AEROBIC Renata Kowalska SALA FITNESS	<u>18:00 – 19:00</u> TBC SHAPE Mateusz Dudek SALA FITNESS	<u>19:00 – 20:00</u> PUMP BASIC Mateusz Dudek SALA FITNESS
WTOREK		
<u>17:30 – 18:30</u> ZDROWY KRĘGOSŁUP Agata Niedziałek SALA FITNESS	<u>18:30 – 19:30</u> JOGA Agata Niedziałek SALA FITNESS	<u>20:00 – 21:00</u> ZUMBA Małgorzata Ostrowska-Rzepko SALA FITNESS
ŚRODA		
<u>16:00 – 17:00</u> TBC STEP Renata Kowalska SALA FITNESS	<u>18:00 – 19:00</u> BPU SHAPE Mateusz Dudek SALA FITNESS	<u>19:00 – 20:00</u> TRENING OBWODOWY Robert Mazur SALA FITNESS
CZWARTEK		
<u>17:30 – 18:30</u> FITBALL Aneta Dereń SALA FITNESS	<u>18:30 – 19:30</u> STEP ** Klaudia Ptak SALA FITNESS	<u>19:30 – 20:30</u> PILATES & STRETCH Klaudia Ptak SALA FITNESS
PIĄTEK		
<u>16:00 – 17:00</u> TRENING OBWODOWY Renata Kowalska SALA FITNESS	<u>17:30 – 18:30</u> TBC HANTLE Robert Mazur SALA FITNESS	<u>18:30 – 19:30</u> ZUMBA Małgorzata Ostrowska-Rzepko SALA FITNESS
SOBOTA		
<u>10:30 – 11:30</u> DANCE KIDS Małgorzata Ostrowska-Rzepko SALA FITNESS		

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK		PIĄTEK
<p><u>19:00 – 20:00</u></p> <p>CROSS TRAINING</p> <p>Alicja Marek STREFA CROSS</p>	<p><u>18:00 – 19:00</u></p> <p>OCR TRAINING</p> <p>Łukasz Gębara STREFA RUN & CROSS</p>	<p><u>19:00 – 20:00</u></p> <p>CROSS TRAINING</p> <p>Alicja Marek STREFA CROSS</p>	<p><u>18:00 – 19:00</u></p> <p>LADIES CROSS</p> <p>Alicja Marek STREFA CROSS</p>	<p><u>19:00 – 20:00</u></p> <p>OCR TRAINING</p> <p>Łukasz Gębara STREFA RUN & CROSS</p>	<p><u>18:00 – 19:00</u></p> <p>CROSS TRAINING</p> <p>Alicja Marek STREFA CROSS</p>