

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