GRAFIK ZAJĘĆ FITNESS W DNIACH 26.10-01.11.2020

	Poniedziałek 26.10	Wtorek 27.10	Środa 28.10	Czwartek 29.10	Piątek 30.10	Sobota 31.10	Niedziela 01.11	
8:00-8:30							OŚRODEK NIECZYNNY	8:00-8:30
8:30-9:00								8:30-9:00
9:00-9:30	9:00-9:45 ĆWICZENIA SENIOR *Edyta*	9:00-9:45 ZDROWY KRĘGOSŁUP *Katarzyna*		9:00-9:45 KRĘGOSŁUP MOBILITY *Iwona*	9:00-9:45 ĆWICZENIA SENIOR *zajęcia zawieszone do 12.11*			9:00-9:30
9:30-10:00								9:30-10:00
10:00-10:30	10:00-10:45 zajęcia ogólnorozwojowe dla MAM *Edyta*	10:00-10:45 ZDROWY KRĘGOSŁUP Z ELEMENTAMI JOGI *Katarzyna*	10:00-10:45 ĆWICZENIA SENIOR *Edyta*	10:00-10:45 ZDROWY KRĘGOSŁUP - STABILIZACJA Z ELEMENTAMI PILATES *Iwona*	10:00-10:45 zaj. ogólnorozwojowe dla MAM *zajęcia zawieszone do 12.11*	10:00-10:45 ZUMBA®FITNESS *Oktawian*		10:00-10:30
10:30-11:00								10:30-11:00
11:00-11:30						11:00-11:45 ZUMBA®FITNESS *Oktawian*		11:00-11:30
11:30-12:00								11:30-12:00
12:00-12:30						zajęcia zewnętrzne 12:00-14:00		12:00-12:30
12:30-13:00								12:30-13:00
13:00-13:30								13:00-13:30
13:30-14:00								13:30-14:00
14:00-14:30								14:00-14:30
14:30-15:00								14:30-15:00
15:00-15:30			15:00-17:30 UKS RONIN TEAM					15:00-15:30
15:30-16:00	15:30-17:45 UKS RONIN TEAM							15:30-16:00
16:00-16:30								16:00-16:30
16:30-17:00								16:30-17:00
17:00-17:30					17:00-17:45 STRONG NATION™ *Łukasz*			17:00-17:30
17:30-18:00								17:30-18:00
18:00-18:30		18:00-18:45 STRETCHING *Aneta*		18:00-18:45 TBC *Aneta*	18:00-18:45 ZUMBA®GOLD *Łukasz*			18:00-18:30
18:30-19:00								18:30-19:00
19:00-19:30		19:00-19:45 PUMP zajęcia ze sztangą *Aneta*		19:00-19:45 PUMP zajęcia ze sztangą *Aneta*	19:00-19:45 KRĘGOSŁUP - MOBILITY *Iwona*			19:00-19:30
19:30-20:00								19:30-20:00
20:00-20:30	20:00-20:45 BODY BALL *Aneta*	20:00-20:45 TBC *Aneta*		20:00-20:45 STRETCHING *Aneta*	20:00-20:45 ZDROWY KRĘGOSŁUP - STABILIZACJA Z ELEMENTAMI PILATES *Iwona*			20:00-20:30
20:30-21:00								20:30-21:00
21:00-21:30	21:00-21:45 STRETCHING *Aneta*			21:00-21:45 ZUMBA®FITNESS *Oktawian*	21:00-21:45 ABS+STRETCHING *Łukasz*			21:00-21:30
21:30-22:00								21:30-22:00
22:00-22:30								22:00-22:30