

PONIEDZIAŁEK

17.00

JOGA

GRZEGORZ WRONA

SALA FITNESS

18.00

BRZUCH
POŚLADKI UDA

EWELINA TOKARCZYK

SALA FITNESS

19.00

TRENING
INTERWAŁOWY

EWELINA TOKARCZYK

SALA FITNESS

WTOREK

17.30

KSZTAŁTOWANIE
SYLWETKI

AGNIESZKA FLOREK

SALA FITNESS

18.30

ROZCIĄGANIE

OLA CHOWANIEC

SALA FITNESS

19.30

PŁASKI
BRZUCH

JUSTYNA SMOLEŃ

SALA FITNESS

20.30

FIT CROSS

JUSTYNA SMOLEŃ

CROSS CAGE

ŚRODA

18.00

MOBILITY

URSZULA NIEDZIŃSKA

SALA FITNESS

19.00

TABATA

URSZULA NIEDZIŃSKA

SALA FITNESS

CZWARTEK

18.00

ZDROWY
KRĘGOSŁUP

GRZEGORZ WRONA

SALA FITNESS

19.00

PŁASKI
BRZUCH

EWELINA TOKARCZYK

SALA FITNESS

19.30

FIT CROSS

JUSTYNA SMOLEŃ

CROSS CAGE

PIĄTEK

18.00

PILATES

OLA CHOWANIEC

SALA FITNESS



Grafik
Zajęć

LWOWSKA 101