

GRAFIK ZAJĘĆ

WELLNESS & FITNESS

THE S | P | A

GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
9:00	ENERGY FITBALL	PŁASKI BRZUCH	TBC		FIT MIX	TBC	
10:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	STRECHING	MOBILIZACJA		3/4 FLOW / ZDROWY KRĘGOSŁUP	MOBILIZACJA	
11:00					AQUA AEROBIK		
17:00							
18:00		FIT MIX	LATINO SOLO	TABATA			FIT MIX
19:00		3/4 FLOW	LATINO CARDIO	ZUMBA			PILATES
20:00		FLY FIT	MOBILIZACJA	POWER PILATES			AQUA AEROBIK

DOMINIKA

MARLENA

MARTA

KAROLINA