

Grafik zajęć: **SALA - A**



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Niedziela	
16.30		<b>Pilates</b> (Agata)		<b>Pilates</b> (Agata)		10.10	<b>Step</b> (Agata)
17.30	<b>NOWOŚĆ</b> <b>ZUMBA</b> <b>/ FITNESS</b> (Kamila)	<b>Kickboxing</b> <b>Muay Thai</b> (początkujący)		<b>Kickboxing</b> <b>Muay Thai</b> (początkujący)	<b>Pilates</b> (Agata)	11.10	<b>Power Gym</b> (Agata)
18.30	<b>Pilates +</b> <b>mięśnie</b> <b>brzucha</b> (Marta)	<b>Kickboxing</b> <b>Muay Thai</b> (zaawansowani)	<b>Uda, biodra,</b> <b>brzuch + step</b> (Kamila)	<b>Kickboxing</b> <b>Muay Thai</b> (zaawansowani)	<b>Samoobrona</b> <b>dla Pań</b> (od 07.10.2011r.)		
19.30	<b>ABF</b> (Marta)		<b>NOWOŚĆ</b> <b>ZUMBA</b> <b>/ FITNESS</b> (Kamila)				
		<b>SALSA</b> <b>/ ZUMBA</b> (godz 20:00) Agata Kw.		<b>SALSA SOLO</b> (godz 20:00) Agata Kw.	<b>SALSA</b> <b>Ladys Dance</b> (godz 20:00) Agata Kw.		
20.30							

Grafik zajęć: **SALA - B**



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Śobota
	<b>Karate</b> grupa II 16:00 - 17:00	<b>Karate</b> grupa I 16:00 - 16:40	<b>Karate</b> grupa II 16:00 - 17:00	<b>Karate</b> grupa I 16:00 - 16:40		16:00 <b>Kickboxing</b> <b>Muay Thai</b>
	<b>Karate</b> grupa IV 17:00 - 18:00	<b>Karate</b> grupa III 16:40 - 17:20	<b>Karate</b> grupa IV 17:00 - 18:00	<b>Karate</b> grupa III 16:40 - 17:20		
17:30 18:10		<b>Pilates</b> <b>+ Stretching</b> (Agata)		<b>Ładne nogi</b> <b>+ płaski brzuch</b> (Basia / Agata)		
18:30	<b>Pilates</b> (Agata)	<b>Fat Burn, Step</b> (Agata)	<b>Body Ball</b> (Marta)	<b>Fat Burn Step</b> (Agata)	<b>Fat burn</b> (Agata)	
19:30	<b>ABF</b> (Agata)	<b>Power Gym</b> <b>+ ładne nogi</b> (Agata)	<b>ABF +Step</b> (Marta)	<b>Power Gym</b> <b>+ talia</b> (Agata)	<b>ABF</b> (Agata)	
20:30	<b>Joga</b> (Agata)	<b>Joga</b> (Agata)		<b>Joga</b> (Agata)		