

PLAN ZAJĘĆ OBOWIĄZUJĄCY OD 10.06.2019

PRZED POŁUDNIEM

POPOŁUDNIU

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
09:00	BODY SHAPE Agata M.	SUMMER BIKINI Basia	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Marta	BS Agata M.	SUMMER BIKINI Basia	ZDROWY KRĘGOSŁUP Dagmara	SUMMER BIKINI Asia S.
10:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agata M.	YOGA 60' Basia	PILATES Marta	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agata M.	YOGA 60' Basia	SZTANGI Dagmara	PILATES Asia S.
11:00						BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Dagmara	
16:00						TRENING OBWODOWY Maciek M. "AKCJA LATO"	
17:00	STEP ** Agata	TRENING OBWODOWY Dagmara	STEP * Agata	SUMMER BIKINI Dagmara	BODY SHAPE Monika Ł.		
18:00	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Agata	SZTANGI Dagmara	SUMMER BIKINI Agata	SZTANGI Dagmara	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Monika Ł.		
19:00	ZUMBA Agnieszka	TBC Daga	ZUMBA Magda	TRENING OBWODOWY Rysiek	STEP ** Kamil		
20:00	YOGA 90' Basia	BRZUCH + STRETCH Daga	YOGA 90' Basia	YOGA 60' Patrycja	STRETCHING Kamil		

Podział zajęć

- prozdrowotne
- dla początkujących
- dla średnio-zaawansowanych
- dla zaawansowanych
- ☀ - zajęcia OUTDOOROWE



ul. Szafera 3/5/7, 71-245 Szczecin
E. szczecin@eurofitness.com
T. 511 469 083