






PLAN ZAJĘĆ OBOWIĄZUJĄCY OD 01.07.2019

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 K.	SUMMER BIKINI Asia S.
10:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agata M.	YOGA 60' Basia	PILATES Marta	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agata M.	YOGA 60' Basia	SZTANGI Dagmara K.	PILATES Asia S.
11:00						TRENING OBWODOWY Maciek M. "AKCJA LATO"	
16:00							
17:00	STEP ** Agata	TRENING OBWODOWY Dagmara K.	STEP * Agata	SUMMER BIKINI Dagmara K.	BODY SHAPE Monika Ł.		
18:00	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Agata	SZTANGI Dagmara K.	SUMMER BIKINI Agata	SZTANGI Dagmara K.	BRAZYLIJSKIE POŚLADKI Monika Ł.		
19:00	PILATES Basia	STEP * Kamil	TBC Dagmara W.	TRENING OBWODOWY Rysiek	STEP ** Kamil		
20:00	YOGA 90' Basia	SMALL FITBALL Kamil	BRZUCH + STRETCH Dagmara W.	YOGA 90' Basia	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