

Godzina	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
9:30 – 10:30				Gim TUTW bezpłatne zajęcia w na świeżym powietrzu	
10:30 – 11:30		Gim TUTW bezpłatne zajęcia w na świeżym powietrzu		Gimnastyka dla seniorów	
11:30 – 12:30		Gimnastyka dla seniorów			
	<i>Gimnastyka korekcyjna</i>	<i>Gimnastyka korekcyjna</i>		<i>Gimnastyka korekcyjna</i>	<i>Gimnastyka korekcyjna</i>

ZAJĘCIA FITNESS OD 03.01.2022 r. LIMIT OSÓB – 20 (osoby zaszczepione dwiema dawkami nie są wliczane do limitu)

18:00 – 18:55	PILATES - Ariana	JOGA - Ariana	CROSS MIX – Mikołaj	Joga - Ariana	CROSS MIX - Mikołaj
19:10 – 20:05	Trening funkcjonalny - Asia	TBC – Asia	SALSATION – Kasia K.	TBC – Asia	
20:15 – 21:10					

Godzina	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
BASEN DUŻY 18:00 – 18:45	AQUA SPINNING – Kasia LIMIT 15 OSÓB	AQUA AEROBIC – Sabina LIMIT 30 OSÓB	AQUA SPINNING – Kasia LIMIT 15 OSÓB		AQUA AEROBIC – Sabina LIMIT 30 OSÓB
BASEN DUŻY 18:45 – 19:30	AQUA SPINNING – Kasia LIMIT 15 OSÓB	AQUA FIT – Julka LIMIT 30 OSÓB	AQUA SPINNING – Kasia LIMIT 15 OSÓB	AQUA AEROBIC – Sabina LIMIT 30 OSÓB	

W KAŻDĄ SOBOTĘ ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNE ZAJĘCIA TAI CHI O GODZ. 10:00 (zajęcia na świeżym powietrzu)