

CAR ŻeromPark – sala TRX

	PONIEDZIALEK 24.06.2024	WTOREK 25.06.2024	ŚRODA 26.06.2024	CZWARTEK 27.06.2024	PIĄTEK 28.06.2024	SOBOTA 29.06.2024	NIEDZIELA 30.06.2024
8:00							
9:00							
10:00							
16:00							
17:00	ZUMBA Kids® (gr. 4-7 lat)						
	Justyna Kukielka						
18:00	ZUMBA Kids® (gr. 8-12 lat) 17:45	TRX			Mobility & Stretching		
	Justyna Kukielka	Adrian Szopa			Gosia Burda-Krokosz		
19:00							
20:00							

Zajęcia prozdrowotne/rozciągające <i>niska intensywność</i>	Taniec i choreografia <i>średnia intensywność</i>	Wzmacnianie i modelowanie <i>intensywność</i> <small>średnia</small>	Wydolność i siła <i>średnia/ duża intensywność</i>
Zajęcia dla dzieci			