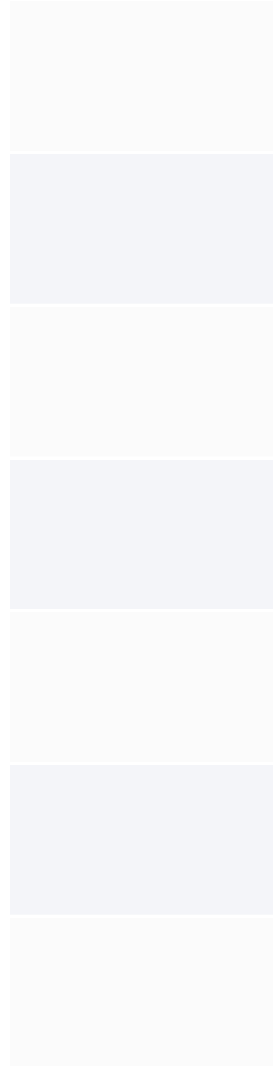


	<b>PONIEDZIAŁEK</b> 06.02.2023	<b>WTOREK</b> 07.02.2023	<b>ŚRODA</b> 08.02.2023	<b>CZWARTEK</b> 09.02.2023	<b>PIĄTEK</b> 10.02.2023	<b>SOBOTA</b> 11.02.2023
8:00			Zdrowy kręgosłup 8:00 !!! <b>Zdrowy kręgosłup z piłkami 9:00 !!!</b> Julia			
9:00	<b>Full Body Workout</b> <b>9:30 !!</b> Lidia Kościelny		<b>Trening obwodowy 11:00 !!!</b> <b>Stretching 12:00 !!!</b>	<b>Pilates 9:30!!!</b> Aleksandra Rzepka		
10:00	<b>Jumping Frog®</b> <b>10:30 !!</b> Lidia Kościelny		<b>Modelowanie sylwetki 13:30 !!!</b> Julia			<b>Tabata</b> <b>10:00</b> Michał Rozewski
16:00		<b>ZUMBA Kids®</b> 15:45 !!! Paulina Migurska	<b>Jumping Frog Kids® 16:00 i 16.45!!!</b> Lidia Kościelny	<b>Fit Ball</b> Izabela Bałtrukiewicz	<b>Zdrowy kręgosłup</b> Izabela Bałtrukiewicz	<b>Stretching</b> <b>11:00</b> Michał Rozewski
17:00	<b>Zdrowy kręgosłup</b> Aleksandra Pyzalska		<b>Jumping Frog®</b> <b>17:30 !!</b> Lidia Kościelny	<b>Total Body Workout</b> Izabela Bałtrukiewicz	<b>Turbo spalanie</b> Izabela Bałtrukiewicz	
18:00	<b>TBC Total Body</b> Conditioning Aleksandra Pyzalska		<b>Turbo spalanie</b> <b>18:30!!</b> Lidia Kościelny	<b>ZUMBA®</b> Paulina Migurska		
19:00	<b>Ritmo do Brazil®</b> Aleksandra Pyzalska	<b>Total Body Workout</b> Izabela Bałtrukiewicz	<b>ZUMBA®</b> <b>19:30!!</b> Sylvia Kaczmarczyk	<b>Reggaeton 18:50!!</b> Paulina Migurska		

NIEDZIELA  
12.02.2023



20:00

**Joga 1,5h**  
Aleksandra Rzepka

**Pilates**  
Izabela Bałtrukiewicz

**ZUMBA®**  
**20:15!!**  
Sylwia Kaczmarczyk

**Stretching 19:40!!**  
Paulina Migurska

