



FIT KIDS

godziny	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
16:00					WSPINACZKA FIT KIDS (7-10 lat) Damian		
16:15		INDOOR WALKING (Rodzic+dziecko 10+) Ewa					
17:00	WSPINACZKA FIT KIDS (7-10 lat) Damian		WSPINACZKA FIT KIDS (7-10 lat) Damian	KIDS DANCE (7-10 lat) Paulina	WSPINACZKA FIT KIDS (7-10 lat) Damian		
17:30		JOGA (Rodzic+dziecko 10+) Adrian					
18:00			GIMNASTYKA KOREKCYJNA (7-10lat) Natalia	JOGA (Rodzic+dziecko 10+) Adrian			
19:00	AKCJA BIEGOWA KIDS (10+) Wojciech		GIMNASTYKA KOREKCYJNA (10+) Natalia	KIDS DANCE (10+) Paulina	INDOOR CYCLING (Rodzic+dziecko 10+) Wojtek		



Trening spalający / Wydolnościowy



Trening wzmacniający / Modelujący sylwetkę



Trening mieszany: spalająco-wzmacniający



Trening prozdrowotny (body & mind)