



GRAFIK ZAJĘĆ FITNESS i AQUA FITNESS PŁYWALNIA WEJHEROWSKA 34

www.spartan.wroc.pl

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
9.00 ABT - TOMEK	9.00 CELLU STOP - JACEK	9.00 CELLU STOP - TOMEK	9.00 TBC - JACEK	9.00 TRENING PORANNY- MONIKA		
10.00 SHAPE - TOMEK	10.00 LATINO - JACEK	10.00 TBC - TOMEK	10.00 ZUMBA - JACEK	10.00 TRAMPOLINY- MONIKA	10.00 CELLU STOP - TOMEK	
					11.00 SHAPE - TOMEK	11.00 ABT - PAULINA
17.00 CELLU STOP - TOMEK	17.00 ZDROWY KRĘGOSŁUP- MONIKA	17.00 ABT - TOMEK	17.00 TRAMPOLINY- MONIKA	17.00 ABT - PAULINA		
18.00 SHAPE - TOMEK	18.00 JOGA – AREK	18.00 ZUMBA - TOMEK	18.00 SPINNING DANIEL	18.00 JOGA - AREK		
19.00 TRAMPOLINY- MONIKA	19.00 CELLU STOP - JACEK		19.00 TBC - JACEK			
20.00 SPINNING DANIEL	20.00 ZUMBA TONING - JACEK		20.00 ZUMBA - JACEK			

AQUA FITNESS

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
					9.00 TOMEK 2,5 m	
		11.00 AQUA SENIOR 1,2m		11.00 AQUA SENIOR 1,2 m		10.00 PAULINA MAŁY BASEN
	17.00 JACEK m 1,2		17.00 JACEK 1,2 m			17.00 OLA 2,5 m
	18.00 JACEK m 2,5		18.00 JACEK m 2,5	18.00 PAULINA 2,5 m		
19.00 TOMEK 1,2 m	19.00 OLA 1,2 m	19.00 TOMEK m 1,2	19.00 OLA 1,2m	19.00 PAULINA 1,2 m		
20.00 TOMEK 1,2 m	20.00 OLA 2,5 m	20.00 TOMEK 1,2 m	20.00 MAGDA m 2,5			

Na zajęcia obowiązkowy ręcznik, obuwie zmienne i woda!!
Informujemy, że na zajęcia fitness i spinning obowiązują limity miejsc:
Spinning – 15 osób
Zajęcia fitness - 25 osób
Zajęcia Power Bar – 14 osób

UWAGA : zajęcia odbywają się przy 3 osobach !

W trosce o Państwa bezpieczeństwo prosimy o punktualne przychodzenie na zajęcia !