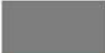








GRAFIK ZAJĘĆ 2016 CENTRUM SPORTOWE HERKULES

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIATEK	SOBOTA
17:00- 17:30					ZUMBA KIDS	
17:30- 18:00	KARATE		KARATE		Martyna	
18:00 19:00	Dariusz Winiarski		Dariusz Winiarski		KARATE	
18:15- 19:00		INTERVAL MAXX			Dariusz Winiarski	
19:00-19:15		Hania	YOGA (90MIN)			
19:15-20.15	TRENING FUNKCJONALNY Michał	ZUMBA dla początkujących Martyna	Agnieszka	TRENING FUNKCJONALNY Michał	ZUMBA dla początkujących Martyna	
20:15- 20:30		ZUMBA dla zaawansowanych Martyna			ZUMBA dla zaawansowanych Martyna	
20:30-21.00			MOCNY BRZUCH			
21:00-21:15						

	WZMACNIANIE, SPALANIE, SIŁA		TANIEC DLA DZIECI		RELAKS CIAŁA I UMYŚŁU
	HIIT, SIŁA, KONDYCJA		TANIEC DLA POCZATKUJĄCYCH		
	WZMACNIANIE MM.BRZUCHA		TANIEC DLA ZAAWANSOWANYCH		