

Grafik

BASEN A sezon 2017/2018							
Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
07:15		AQUA Aerobik Klaudia		AQUA Aerobik Monika O.			
08:00	AQUA Aerobik Kasia	AQUA Power Aerobik Klaudia	AQUA AnTyCellulit Kasia	AQUA Body Perfect Monika O.	AQUA Gym Monika O.	AQUA Body Perfect	NP. 4 Mariusz/Szymon
08:45	Klub Seniora Kasia	AQUA Gym Magda	Medical Orto Kasia	AQUA Gym Monika O.	AQUA Aerobik 50+ Monika O.	AQUA Aerobik	NP. 5 Mariusz/Szymon
09:30	AQUA Gym Kasia	Vita Fit 50+ Magda	AQUA Gym Kasia	AQUA Aerobik 50+ Monika O.	AQUA Gym Monika M.	NP. 4 Marcin/Agnieszka	NP. 6 Mariusz/Szymon
10:15	AQUA Gym Kasia	AQUA Gym Monika M.	Medical Orto Magda	AQUA Gym Magda	Medical Orto Monika M.	NP. 5 Agnieszka/Marcin	OZW 43-48 Mariusz/Szymon
11:00	Medical Orto Agnieszka	Medical Orto Monika M.	AQUA Fit Mama Magda	Medical Orto Magda	AQUA Gym Monika M.	NP. 6 Marcin/Agnieszka	OZW 31-36 Mariusz/Szymon
11:45	AQUA Aerobik 50+ Agnieszka	Medical Orto Monika M.	AQUA Gym Magda	AQUA Gym Magda	Medical Orto Monika M.	NP. 5 Marcin/Szymon	OZW 37-42 Mariusz/Szymon
12:30		AQUA Gym Monika M.	Grupa Zamknięta Monika O.	AQUA Fit Mama Kasia	Medical Orto Monika M.	NP. 7 Marcin/Szymon	
13:15		AQUA Fit Mama Monika M.	Klub Seniora Monika O.	AQUA Gym Kasia		NP. 8-12 Marcin/Szymon	
14:00		Klub Seniora Agnieszka				NP. 4 Marcin/Szymon	
14:45							
15:30							NP. 7 Wojtek/Mariusz
16:15		AQUA Aerobik 50+ Agnieszka	AQUA Aerobik 50+ Klaudia				NP. 8-12 Mariusz/Wojtek
17:00	AQUA Gym Klaudia	AQUA Aerobik Agnieszka	AQUA Aerobik Klaudia	AQUA Gym Kasia	AQUA Aerobik Agnieszka		NP. 8-12 Mariusz/Wojtek
17:45	AQUA Aerobik 50+ Klaudia	Medical Orto Agnieszka	AQUA Gym Klaudia	Klub Seniora Kasia	AQUA Gym Agnieszka		AQUA Aerobik
18:30	AQUA Aerobik Klaudia	AQUA AnTyCellulit Agnieszka	AQUA Gym Monika O.	AQUA Aerobik 50+ Kasia	AQUA Gym Agnieszka		AQUA Aerobik
19:15	AQUA Power Aerobik Marta	AQUA Aerobik 50+ Dagmara	Medical Orto Monika O.	AQUA AnTyCellulit Marta	AQUA Fit Mama Agnieszka		
20:00	AQUA AnTyCellulit Marta	AQUA Tabata Dagmara	AQUA Aerobik Klaudia	AQUA Body Perfect Marta	AQUA ZUMBA Marta		
20:45	AQUA Aerobik Marta	AQUA Aerobik Dagmara		AQUA Aerobik Marta	AQUA Body Perfect Marta		

Grafik

BASEN B sezon 2017/2018							
Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
07:30							
08:15						OZW 31-36 Wojtek/Damian	Niemowlęta 3-6 nowa Dominika/Kasia
09:00	Szkoła 105 Ania L.	Szkoła 105 Ania L.		Niemowlęta 3-6 nowa Klaudia/Agnieszka		OZW 37-42 Damian/Wojtek	OZW 13-18 Dominika/Kasia
09:45	OZW 25-30 Dominika/Klaudia	Niemowlęta 3-6 nowa Monika O./Kasia	OZW 19-24 Damian/Marcin	Niemowlęta 3-6 nowa Agnieszka/Klaudia		OZW 43-48 Wojtek/Damian	OZW 7-12 Dominika/Klaudia
10:30	OZW 7-12 Dominika/Klaudia	OZW 37-42 Monika O./Kasia	OZW 13-18 Marcin/Damian	SZKOŁA 105 Ania L.	Szkoła 103 Ania L.	OZW 19-24 Damian/Wojtek	Niemowlęta 3-6 Dominika/Klaudia
11:15	Niemowlęta 3-6 Klaudia/Dominika	Niemowlęta 3-6 Monika O./Kasia	Niemowlęta 3-6 Marcin/Damian	Niemowlęta 3-6 Klaudia/Dominika	Szkoła 103 Ania L.	OZW 25-30 Monika O./Damian	OZW 7-12 Klaudia/Kasia
12:00	Niemowlęta 3-6 nowa Klaudia/Dominika	Niemowlęta 3-6 nowa Monika O./Kasia		OZW 7-12 Dominika/Klaudia		OZW 13-18 Wojtek / Monika O.	OZW 13-18 Klaudia/Kasia
12:45						OZW 7-12 Wojtek/ Monika O.	Niemowlęta 3-6 Klaudia/Kasia
13:30						Niemowlęta 3-6 Monika O./Wojtek	
14:15						Niemowlęta 3-6 nowa Monika O./Wojtek	
15:00					OWI Ania L./Damian		
15:45	NP. 4 Mariusz/Damian	OZW 37-42 Damian/Marcin	OZW 25-30 Wojtek/Dominika	OZW 43-48 Agnieszka/Marcin	OWI Ania L./Damian		
16:30	NP. 5 Mariusz/Damian	OZW 43-48 Marcin/Damian	OZW 31-36 Wojtek/Dominika	NP. 4 Marcin/Agnieszka	OWI Ania L./Damian		
17:15	NP. 6 Mariusz/Bogusia	NP. 4 Marcin/Damian	OZW 37-42 Wojtek/Dominika	NP. 5 Marcin/Szymon	OZW 19-24 Damian/Szymon		
18:00	NP. 7 Mariusz/Bogusia	NP. 5 Damian/Marcin	OZW 43-48 Dominika/Wojtek	NP. 6 Marcin/Szymon	OZW 25-30 Damian/Szymon		
18:45	NP. 8-12 Mariusz/Bogusia	NP. dorośli I Marcin/Damian	NP. 4 Dominika/Wojtek	NP. dorośli II Marcin/Szymon	NP. 5 Damian/Szymon		
19:30							
20:15							
21:00							

Sala Fitness sezon 2017/2018							
Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
07:15							
08:00			Gim uspr. z mdm 7:45 Emilka	TBC Agnieszka Kosko			
08:30	Pilates II Magda				Stretch Magda	Spalanie + Brzuch Agnieszka Kosko	
09:00		Gim uspr. z mdm Emilka		Vita Fit 50+ Agnieszka Kosko			
09:30						AnTyCellulit Agnieszka Kosko	
10:00	Zdrowy Kręgosłup + Biodra Magda		Zdrowy Kręgosłup Agnieszka Kosko	Płaski Brzuch 30 min Agnieszka Kosko			
10:30				Gim uspr. z mdm Emilka	Gim uspr. z mdm Monika O.	Roll & Stretch Agnieszka Kosko	
11:00		Fit Mama Magda	Fit 50+ Agnieszka Kosko				
11:30					Fit Mama i Ja Monika O.		
12:00							
16:00		Fit 50+ Agnieszka Kosko					
16:30					AnTyCellulit Agnieszka Kosko		
17:00		Spalanie + Brzuch Agnieszka Kosko	Gim. z mdm 17:10 Monika O.				
17:30					Power Training - 1,5 h Agnieszka Kosko		
18:00	Core&Stretch Marta	Pilates II Dagmara	Joga Magda Kostuś				
18:30							
19:00		Functional Step Agnieszka Kosko		19:15 Pilates I Dagmara	Joga Magda Kostuś		
19:30	Zumba Agnieszka Portka		Zumba Agnieszka Portka				
20:00		Body Perfect Agnieszka Kosko		20:15 Zdrowy Kręgosłup Dagmara			
20:30			Stretch - Grupa zamknięta Agnieszka Kosko				
21:00							