

GRAFIK ZAJĘĆ ONLINE

Organic
fitness

PONIEDZIAŁEK

18:00	Turbo spalanie	45 min	↑↑↑
19:00	Cellulit Killer	45 min	🧱
20:00	Zdrowy Kręgosłup	50 min	🧠

WTOREK

18:00	Brzuch Uda Pośladki	45 min	🧱
19:00	Tabata	50 min	↑↑↑

ŚRODA

18:00	LES MILLS SH'BAM	45 min	🎵
19:00	LES MILLS BODYBALANCE	50 min	🧠

CZWARTEK

18:00	Turbo spalanie	45 min	↑↑↑
19:00	Trening Funkcjonalny	50 min	🧱

PIĄTEK

18:00	LES MILLS BODYCOMBAT	45 min	↑↑↑
19:00	Joga	60 min	🧠

SOBOTA

10:00	Brzuch Uda Pośladki	45 min	🧱
11:00	Turbo spalanie	50 min	↑↑↑

NIEDZIELA

10:00	Full Body Workout	45 min	🧱
11:00	Zdrowy Kręgosłup	50 min	🧠

Trenuj online



Wzmacniające



Body & Mind



Kondycyjne



Taneczne