

GRAFIK ZAJĘĆ ONLINE

Organic
fitness

PONIEDZIAŁEK

18:00	Turbospalanie	45 min	
19:00	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	Turbospalanie	45 min	
19:00	Trening Funkcjonalny	50 min	

PIĄTEK

18:00	Brzuch Uda Pośladki	45 min	
19:00	Joga	60 min	

SOBOTA

10:00	Brzuch Uda Pośladki	45 min	
-------	---------------------	--------	---



Wzmacniające



Ciało&Umysł



Kondycyjne



Taneczne

