

Grafik [Fitness Platinum - Biznesowa 8 Radom]

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
7:30		ZDROWY KRĘGOSŁUP Agnieszka Krzosek SALA B / 55 min					
8:30	PILATES/STRETCHING Ewa Nostitz-Jackowska SALA B / 50 min	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agnieszka Krzosek SALA B / 55 min	JOGA Platinum Team SALA B / 90 min	STRETCHING Karina Piwowska SALA B / 55 min	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agnieszka Zielińska SALA B / 55 min	ZDROWY KRĘGOSŁUP Dawid Michalik SALA B / 60 min	
9:00	BODY SHAPE Monika Sobieraj SALA A / 50 min	BOOTY KILLER Karina Piwowska SALA A / 50 min	FAT KILLER Karolina Kołodziejczyk SALA A / 55 min	TABATA Asia Symela SALA A / 55 min	BODY SHAPE Karolina Kołodziejczyk SALA A / 50 min	PUPOMANIA&BRZUC HOMANIA Platinum Team SALA A / 55 min	
9:30	AKTYWNE 9 MIESIĘCY Ewa Nostitz-Jackowska SALA B / 55 min			PUPOMANIA&BRZUC HOMANIA Karina Piwowska SALA B / 55 min	AKTYWNE 9 MIESIĘCY Agnieszka Zielińska SALA B / 55 min		
10:00	FAT KILLER Monika Sobieraj SALA A / 55 min	BODY SHAPE Karina Piwowska SALA A / 50 min	PUPOMANIA&BRZUC HOMANIA Karolina Kołodziejczyk SALA A / 50 min		CARDIO + BRZUCH Karolina Kołodziejczyk SALA A / 55 min	TRENING OBWODOWY Platinum Team SALA B / 55 min	
16:00	BODY SHAPE Karina Piwowska SALA A / 50 min	TRENING OBWODOWY Karolina Kołodziejczyk SALA A / 50 min	PUPOMANIA&BRZUC HOMANIA Karina Piwowska SALA A / 55 min	CARDIO + BRZUCH Karolina Kołodziejczyk SALA A / 55 min	FAT KILLER Karina Piwowska SALA A / 55 min		
17:00	PUPOMANIA&BRZUC HOMANIA Karina Piwowska SALA A / 50 min	PUPOMANIA&BRZUC HOMANIA Karolina Kołodziejczyk SALA A / 50 min	FAT KILLER Karina Piwowska SALA A / 55 min	BOOTY KILLER Karolina Kołodziejczyk SALA A / 55 min	ZDROWY KRĘGOSŁUP Karina Piwowska SALA B / 90 min		

					TABATA Platinum Team SALA A / 60 min		
17:30	ZDROWY KRĘGOSŁUP Michał Moraczewski SALA B / 55 min	ZUMBA® Teresa Walerczak SALA B / 55 min	TABATA Platinum Team SALA B / 60 min	ZDROWY KRĘGOSŁUP Michał Moraczewski SALA B / 55 min			
18:00	BOOTY KILLER Karolina Kołodziejczyk SALA A / 50 min	BODY SHAPE Monika Sobieraj SALA A / 55 min	BODY SHAPE Ewa Nostitz-Jackowska SALA A / 60 min	PUMP Monika Sobieraj SALA A / 55 min	FAT KILLER Asia Symela STREFA CROSS TRAINING / 50 min BODY SHAPE Platinum Team SALA A / 55 min		
18:30	PUPOMANIA&BRZUCH HOMANIA Ewa Nostitz-Jackowska SALA B / 55 min	PILATES DLA KRĘGOSŁUPA Agnieszka Zielińska SALA B / 55 min	STRETCHING Karina Piwowarska SALA B / 55 min	CROSS TRAINING DLA POCZĄTKUJĄCYCH Asia Symela STREFA CROSS TRAINING / 50 min MOBILITY & STRETCHING Michał Moraczewski SALA B / 55 min			
19:00	CARDIO + BRZUCH Karolina Kołodziejczyk SALA A / 50 min	CROSS TRAINING Jakub Ziętek STREFA CROSS TRAINING / 50 min PUMP&TABATA Monika Sobieraj SALA A / 90 min	PUPOMANIA&BRZUCH HOMANIA Ewa Nostitz-Jackowska SALA A / 60 min	BODY SHAPE Monika Sobieraj SALA A / 55 min	CROSS TRAINING Jakub Ziętek STREFA CROSS TRAINING / 50 min		

19:30	TRENING OBWODOWY Asia Symela STREFA CROSS TRAINING / 90 min PILATES/STRETCHING Ewa Nostitz-Jackowska SALA B / 55 min	ZDROWY KRĘGOSŁUP Agnieszka Zielińska SALA B / 55 min	TRENING OBWODOWY Asia Symela STREFA CROSS TRAINING / 90 min ZDROWY KRĘGOSŁUP Karina Piwowarska SALA B / 55 min	KETTLEBELL BEGINNERS CLASS Tomek Woźniak STREFA CROSS TRAINING / 30 min JOGA Platinum Team SALA B / 90 min			
20:00	ZUMBA® Katarzyna Gac SALA A / 50 min	BOKS Jakub Ziętek STREFA CROSS TRAINING / 50 min	ZUMBA® Teresa Walerczak SALA A / 55 min	ZUMBA® Katarzyna Gac SALA A / 50 min BOKS Jakub Ziętek STREFA CROSS TRAINING / 55 min			