

GODZINY OTWARCIA

SIŁOWNIA NIEBIESKA

Poniedziałek - Piątek
11:00 - 22:00

Sobota
10:00 - 17:00

SALA CARDIO

Poniedziałek - Piątek
15:00 - 22:00

Sobota
10:00 - 17:00

SIŁOWNIA CZARNA

Od 8.06 siłownia nieczynna

PLAN ZAJĘĆ FITNESS (19.08.19)

SALA FITNESS

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
ROLOWANIE 15:30 - 16:30 <i>Agata Mirecka</i>	PILATES 15:30 - 16:30 <i>Anna Kazubek</i>	ZDROWY KRĘGOSŁUP 15:30 - 16:30 <i>Anna Kazubek</i>	-	ZDROWY KRĘGOSŁUP 15:30 - 16:30 <i>Paulina Miłoszewska</i>	PILATES 11:00 - 12:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>
ZGRABNE NOGI 16:30 - 17:00 <i>Agata Mirecka</i>	ROZCIĄGANIE 16:30 - 17:00 <i>Anna Kazubek</i>	ROZCIĄGANIE 16:30 - 17:00 <i>Anna Kazubek</i>	ROZCIĄGANIE 16:30 - 17:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>	STRETHING 16:30 - 17:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>	PERFECT BODY 12:00 - 13:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>
MINI BAND WORKOUT 17:00 - 18:00 <i>Agata Mirecka</i>	SLIM BODY 17:00 - 18:00 <i>Agata Mirecka</i>	BRZUCH UDA POŚLADKI 17:00 - 18:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>	INTERWAŁ 17:00 - 18:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>	FIT DANCE 17:00 - 18:00 <i>Agata Mirecka</i>	-
BRZUCH UDA POŚLADKI 18:00 - 19:00 <i>Monika Wójtowicz</i>	TABATA 18:00 - 19:00 <i>Agata Mirecka</i>	SALSATION 18:00 - 19:00 <i>Paulina Falenta</i>	ZDROWY KRĘGOSŁUP 18:00 - 19:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>	ANTY-CELLULIT 18:00 - 19:00 <i>Agata Mirecka</i>	-
PILATES/ROZCIĄGANIE 19:00 - 20:00 <i>Monika Wójtowicz</i>	-	-	-	-	-

SALA CARDIO

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
SPINNING 20:00 - 21:00 <i>Monika Wójtowicz</i>	SPINNING 18:45 - 19:45 <i>Anna Dubiel</i>	SPINNING 18:30 - 19:30 <i>Marta Szczecina</i>	SPINNING 19:00 - 20:00 <i>Paulina Miłoszewska</i>	-	SPINNING 10:15 - 11:15 <i>Marta Szczecina</i>

UWAGA!!! Zajęcia fitness odbywają się dla min. 3 osób.

www.sport.up.lublin.pl