

HARMONOGRAM FITNESS KLUBU BC - SALA DUŻA (ważny od 15.09.2014)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
11:00 - 11:55						ABS Wojtek	Płaski brzuch Karolina
17:00 - 17:55	Kettle Fire Wojtek	Body bar Aleksandra	Fit time Bartek Z	Rozmiar mniej Aleksandra	Turbo spalanie Ola		
18:00 - 18:55	Pilates Magdalena	Interwał Ola	Płaski brzuch Magdalena	Kettle Wojtek	Płaski brzuch OVOBALL Magdalena		
19:00 - 19:55	Super linia Zuzanna	Zumba Aleksandra	Turbo spalanie Zuzanna	Brzuch, uda, pośladki Karolina	Stretching Magdalena		
20:00 - 20:55	Zumba Zuzanna	Stretching Aleksandra od 23.09.2014	Super linia Zuzanna	Zumba Aleksandra od 25.09.2014			

HARMONOGRAM FITNESS KLUBU BC - SALA FUNKCJONALNA (ważny od 15.09.2014)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
10:00 - 11:55						Cross B&tb Wojtek	Coss B&tb Magdalena
18:00 - 18:55	Cross B&tb Wojtek			Kalistenika Arek 18:30 - 19:25			
20:30 - 21:25		Cross B&tb Magdalena	Cross B&tb Wojtek 21:00 - 21:55	Cross B&tb Magdalena			

HARMONOGRAM FITNESS KLUBU BC - SALA MAŁA (ważny od 15.09.2014)

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
10:00 - 10:55							Liny Wojtek
11:00 - 11:55							Zdrowy kręgosłup Wojtek
17:00 - 17:25			Cardio 30` Przemek	ABS Wojtek 17:00 - 17:55			
17:30 - 18:25	Indoor cycling Przemek P1	Grupa 50+ Ula	Liny Przemek		Indoor cycling Przemek P1 + P2		
18:30 - 19:25	Indoor cycling Przemek P1	Cross B&tb Wojtek	Plyometria Patryk	Zdrowy kręgosłup Aleksandra	Indoor cycling Przemek P1		
19:30 - 20:25	Indoor cycling Marcin P2	Fire Beauty Wojtek	Indoor cycling Bartek Ch P2	Fire Beauty Wojtek			
20:30 - 21:25	Cross B&tb Wojtek	Fitness cycling Przemek	Indoor cycling cardio Przemek	Wzmacnianie Bartek Z			

Witaj, przed nami nowy sezon fitness! Proponujemy treningi personalne dostosowane do potrzeb i oczekiwań, bezpłatne dyżury trenerów na siłowni (harmonogram dostępny na stronie www), plany treningowe oraz diety bez suplementacji. Świetna kadra instruktorów i mega klimat, to wszystko w jednym miejscu. **Czekamy na Ciebie!**

FITNESS KLUB BEAUTY CENTER, PABIANICE UL. PIŁSUDSKIEGO 6A TEL. 502 503 524,42 212 16 35
E-MAIL: beautycenter@op.pl www.beauty-center.com.pl www.facebook.com/FitnessPabianice