

CALYPSO NOWOURSYNOWSKA
MARZEC 2017R., WSZYSTKIE SALE



	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8:00	Power Bike Monika Raczyńska 55 min - Sala B	Power Stretching Maciek Grabowski 55 min - Sala A	Power Bike Monika Raczyńska 55 min - Sala B	Power Stretching Maciek Grabowski 55 min - Sala A			
9:00	Power Training Agata Zachuta 55 min - Sala A	TBC Agata Zachuta 55 min - Sala A	Tabata Inga Narucka 55 min - Sala A	Zumba Justyna Ceglińska 55 min - Sala A	Power Pump Inga Narucka 55 min - Sala A	Trampoliny Justyna Ciołkiewicz 55 min - Sala A	Tabata Małgorzata Kowalska 55 min - Sala A
10:00	Body Ball Agata Zachuta 55 min - Sala A	Pilates Agata Zachuta 55 min - Sala A	Zdrowy Kręgosłup Inga Narucka 55 min - Sala A	Stretching Justyna Ceglińska 55 min - Sala A	Pilates / Stretch Inga Narucka 55 min - Sala A	Urbanize Krystian Porębski 55 min - Sala A	Pilates Małgorzata Kowalska 55 min - Sala A
10:30						EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia	EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia
11:00	Forma w ciąży Ania Włodarczyk 55 min - Sala A	Fitness with baby Ania Bartosik 55 min - Sala A	Forma w ciąży Ania Włodarczyk 55 min - Sala A	Fitness with baby Ania Bartosik 55 min - Sala A		Płaski Brzuch Inga Narucka 55 min - Sala A	Trampoliny Nicole Kiersnowska 55 min - Sala A
11:30						Professional Cross Poziom 2 Paweł Stelmaszczyk 60 min - Sala C	
12:00						Body Ball Inga Narucka 55 min - Sala A	Power Training Nicole Kiersnowska 55 min - Sala A
13:15						Dance Kids Dominika Łukasiak 45 min -	
14:00						Dance Kids Dominika Łukasiak 45 min -	
17:00	TBC Szymon Ito 55 min - Sala A	Płaski Brzuch Beata Nawrot 55 min - Sala A	Trampoliny Żaneta Rosińska 55 min - Sala A	Super Pośladki Olga Jabłonowska 55 min - Sala A	Power Pump Szymon Ito 55 min - Sala A		

17:30			Dance Kids Dominika Łukasiak 45 min -		Dance Kids Dominika Łukasiak 45 min -		
18:00	Zdrowy Kręgosłup Szymon Ito 55 min - Sala A	Trampoliny Beata Nawrot 55 min - Sala A	Power Stretching Maciek Grabowski 55 min - Sala A	Trampoliny Olga Jabłonowska 55 min - Sala A	Zdrowy Kręgosłup Szymon Ito 55 min - Sala A		
18:15			Dance Kids Dominika Łukasiak 45 min -		Dance Kids Dominika Łukasiak 45 min -		
18:30	EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia		EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia		EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia		
19:00	Zumba Justyna Ceglińska 55 min - Sala A	Tabata Gabriela Golec 55 min - Sala A	Zumba Krystian Porębski 55 min - Sala A	Joga Ania Włodarczyk 55 min - Sala A	Zumba Aleksander Morawiec 55 min - Sala A		
19:15	Power Bike Ania Olczak 55 min - Sala B	Professional Cross Poziom 1 Paweł Stelmaszczyk 55 min - Sala C	Power Bike Monika Raczyńska 55 min - Sala B	Power Bike Ania Olczak 55 min - Sala B	Power Bike Agnieszka Chłodzińska 55 min - Sala B		
19:30	Professional Cross Poziom 2 Paweł Stelmaszczyk 55 min - Sala C	EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia	Professional Cross Poziom 2 Paweł Stelmaszczyk 55 min - Sala C	EXPRESS BRZUCH 15 min - Siłownia	Professional Cross Poziom 2 Paweł Stelmaszczyk 55 min - Sala C		
20:00	Power Pump Maja Walczak 55 min - Sala A	Pilates Gabriela Golec 55 min - Sala A	Interwał Dorota Bednarczyk 55 min - Sala A	Power Pump Maja Walczak 55 min - Sala A	Trampoliny Maja Walczak 55 min - Sala A		
20:15		Power Bike Ania Olczak 55 min - Sala B		Power Bike Ania Olczak 55 min - Sala B			
20:30	Professional Cross Poziom 2 Paweł Stelmaszczyk 60 min - Sala C		Professional Cross Poziom 2 Paweł Stelmaszczyk 60 min - Sala C				
21:00	Trampoliny Maja Walczak 55 min - Sala A	Samoobrona Dawid Wnęk 55 min - Sala A	Stretching Dorota Bednarczyk 55 min - Sala A	Trampoliny Żaneta Rosińska 55 min - Sala A	Samoobrona Dawid Wnęk 55 min - Sala A		