

Stołeczne Centrum Sportu AKTYWNA WARSZAWA
Ośrodek Namysłowska



SENIOR na sali

czas trwania zajęć: 50 minut

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
GODZINA od - do	Typ zajęć	Typ zajęć	Typ zajęć	Typ zajęć	Typ zajęć	Typ zajęć	Typ zajęć
9:00 - 9:50	Pilates Edyta P						
10:10 - 10:50							
10:00 - 10:50				Stretching Natalia			
11:00 - 11:50							
12:00 - 12:50	Zdrowe plecy Edyta P						
-							
Prowadzący							
-							
Prowadzący							

Pilates Zdrowy kręgosłup Stretching