

CAR ŻeromPark – sala TRX

	PONIEDZIAŁEK 29.04.2024	WTOREK 30.04.2024	ŚRODA 1.05.2024	CZWARTEK 2.05.2024	PIĄTEK 3.05.2024	SOBOTA 4.05.2024	NIEDZIELA 5.05.2024
8:00							
9:00							
10:00							
16:00							
17:00	ZUMBA Kids® (gr. 4-7 lat)						
	Justyna Kukielka						
18:00	ZUMBA Kids® 17:45 (gr. 8-12 lat)	TRX					
	Justyna Kukielka	Adrian Szopa					
19:00							
20:00							

Zajęcia prozdrowotne/rociągające <i>niska intensywność</i>	Taniec i choreografia <i>średnia intensywność</i>	Wzmacnianie i modelowanie <i>intensywność</i> <small>średnia</small>	Wydolność i siła <i>średnia/ duża intensywność</i>
Zajęcia dla dzieci			