

INFORMUJEMY, ŻE W NASTĘPUJĄCYCH TERMINACH PONIŻSZE TORY PŁYWAŁNI PODLEGAJĄ REZERWACJI:

- | | |
|---|---|
|  | - TOR PODLEGA REZERWACJI - AQUA POWER |
|  | - TOR PODLEGA REZERWACJI - AQUA TABTA |
|  | - TOR PODLEGA REZERWACJI - AQUA-ZUMBA |
|  | - TOR PODLEGA REZERWACJI - AQUA-AEROBIC |

NUMERY TORÓW	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6						
GODZINY/ DNI	PONIEDZIAŁEK						WTOREK						ŚRODA						CZWARTEK						PIĄTEK						SOBOTA						NIEDZIELA					
6:15 - 7:00																																										
7:00 - 7:45																																										
7:45 - 8:30							AEROBIC						TABATA						AEROBIC						TABATA			P														
8:30 - 9:15							TABATA						AEROBIC						TABATA						AEROBIC																	
PRZERWA TECHNOLOGICZNA 15 MINUTOWA																																										
9:30 - 10:15	AEROBIC						MUZYCZNA																			CAS	AEROBIC					AEROBIC										
10:15 - 11:00	TABATA					CAS	P 99					CAS							CAS AQUA					CAS G			CAS	A.POWER				FS	A.POWER									
11:00 - 11:45	PRUSY						WTZ												CAS AQUA															FS								
11:45 - 12:30													SP.87																						MOPS							
12:30 - 13:15							SP.87																																			
13:15 - 14:00																																										
14:00 - 14:45	Gortat						SSP 3													14:15 VITA																						
14:45 - 15:30	Gortat																		P46						P46					P46												
15:30 - 16:15																																										
16:15 - 17:00							FS					spot	FS						M																							
17:00 - 17:45	SPR						FS MB				spot	IP	FS						M	M	M								IP					AEROBIC								
17:45 - 18:30							FS MB			spot		IP							M	M	IP														A.POWER							
PRZERWA TECHNOLOGICZNA 15 MINUTOWA																																										
18:45 - 19:30	AEROBIC					MB	AEROBIC						AEROBIC						AEROBIC					AEROBIC																		
19:30 - 20:15	TABATA					MB	TABATA					MB	TABATA					DS	TABATA					TABATA																		
20:15 - 21:00	AER + TRAM						AEROBIC						AEROBIC						AEROBIC					AEROBIC																		
21:00 - 21:45	TAB+TRAM						TABATA						TABATA						TABATA					TABATA																		
21:45 - 22:30																																										