

Drodzy Klienci!

W związku z nieobecnością w maju instruktora Romana, wprowadzone zostały w planie zastępstwa. Zajęcia poniedziałkowe tj. Trening funkcjonalny, Body Shape oraz zajęcia Rep Reebok zastępujące zajęcia Magic Bar, przeprowadzi Patryk-instruktor, który pracuje jako trener personalny oraz instruktor fitness w klubie Akademia Ruchu w Płocku. Na co dzień prowadzi zajęcia wytrzymałościowe, wzmacniające takie jak: TBC, Interwał, Cardio, treningi funkcjonalne oraz obwodowe.

We wtorek 26 go maja z powodu nieobecności trenerki Madzi, jej zajęcia poprowadzi Natalia.

W związku z organizacją II Mistrzostw w Pływaniu 9 maja b.r. zajęcia fitness, prowadzone przez Natalię, odbędą się wg następującego harmonogramu:

10:25 - 11:05 Aqua Gym

11:15 - 11:55 TotalBodyBike

12:05 - 13:05 Flex&Relax

Zmiany prowadzących zajęcia fitness w miesiącu maju.

czwartek, 16 kwietnia 2015 12:44
