

GRAFIK PRACOWNI ARTYSTYCZNO - TANECZNEJ KWADRANCE 2020/2021

	SALA A						SALA B					
	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek		Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	
15:45-16:00						15:45-16:00						
16:00-16:15		Hip Hop gr. Począt.	ACTUS Mini Estrada			16:00-16:15		Break dance gr. Począt.	Wynajem/ Urodziny	Hip Hop gr. Śr. Zaaw.		
16:15-16:30							16:15-16:30					
16:30-16:45				ACTUS gr. Żłota	Towarzyski indywidualne	16:30-16:45						
16:45-17:00	ACTUS gr. Różowa						16:45-17:00					
17:00-17:15			Hip Hop gr. Zaaw.	ACTUS gr. Biała	ACTUS gr. Zielona	Towarzyski indywidualne / bachata /	17:00-17:15		Taniec towarzyski dzieci gr. zaaw.	Break dance gr. Śr. Zaaw.	Hip Hop gr. Zaaw.	ACTUS Mini Estrada
17:15-17:30												
17:30-17:45	ACTUS Estrada Junior	Lady Style	ACTUS gr. Czarna	Lady Style	Taniec Towarzyski pary gr. Zaaw	17:30-17:45						
17:45-18:00										17:45-18:00		
18:00-18:15		Turbo spalanie	Pilates core	Pilates core	Taniec Towarzyski pary gr. Śr.zaaw	18:00-18:15		ACTUS Estrada	Wynajem/ Urodziny	Joga	ACTUS Estrada Junior	
18:15-18:30												
18:30-18:45	Taniec Towarzyski pary gr. Śr.zaaw	Pilates klasyczny	Turbo spalanie	Pilates core	Taniec Towarzyski pary gr. Zaaw	18:30-18:45	Jumping fitness 18:20 - 19:20	ACTUS Estrada	Wynajem/ Urodziny	Joga	ACTUS Estrada Junior	
18:45-19:00												
19:00-19:15		BPU	Turbo spalanie	Pilates core	Taniec Towarzyski pary gr. Śr.zaaw	19:00-19:15			Wynajem/ Urodziny	Joga	ACTUS Estrada	
19:15-19:30												19:15-19:30
19:30-19:45	BPU	Pilates klasyczny	Turbo spalanie	Pilates core	Taniec Towarzyski pary gr. Śr.zaaw	19:30-19:45			Wynajem/ Urodziny	Joga	ACTUS Estrada	
19:45-20:00												
20:00-20:15		Taniec Towarzyski pary gr.pocz./ taniec użytkowy	Turbo spalanie	Pilates core	Taniec Towarzyski pary gr.pocz/ taniec użytkowy	20:00-20:15			Wynajem/ Urodziny	Joga	ACTUS Estrada	
20:15-20:30												20:15-20:30
20:30-20:45	Taniec Towarzyski pary gr.pocz./ taniec użytkowy	Pilates klasyczny	Turbo spalanie	Pilates core	Taniec Towarzyski pary gr.pocz/ taniec użytkowy	20:30-20:45	Practice		Wynajem/ Urodziny	Joga	ACTUS Estrada	
20:45-21:00												
21:00-21:15						21:00-21:15						
21:15-21:30						21:15-21:30						

Godzina zajęciowa trwa 55 min. 5 min. na wietrzenie sali i dezynfekcję UVC

ver. 13.10.2020

Joga - zajęcia 1,5 h zegarowej koszt udziału w zajęciach 20 zł.