Harmonogram zajęć relaksująco – ruchowych

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
08:00					
09:00		Zajęcia na basenie (aqua aerobik)			
10:00	Nordic Walking (spacer po mieście)	Zajęcia na basenie (aqua aerobik)		Taniec relaksacyjny (fit)	
11:00	Zajęcia na basenie (aqua aerobik)	Taniec relaksacyjny (fit)	Zajęcia na basenie (aqua aerobik)		Nordic Walking (spacer po mieście)
12:00					
13:00				Nordic Walking (spacer po mieście)	
14:00				Zajęcia na basenie (aqua aerobik)	Zajęcia na basenie (aqua aerobik)
15:00					
15:30-16:30	Joga (ćwiczenia relaksacyjne)			Joga (ćwiczenia relaksacyjne)	