

# WRZESIEŃ 2017

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8:00		IQ personalnie			IQ personalnie	
8:30	IQ personalnie	SYLWIA	IQ personalnie		SYLWIA	
9:00	SYLWIA	Pilates	SYLWIA		Pilates	
9:30		BEATA	IQ personalnie		SYLWIA	
10:00	IQ personalnie	IQ personalnie	SYLWIA		IQ personalnie	
10:30	SYLWIA	SYLWIA			SYLWIA	
15:00	IQ personalnie			IQ personalnie		
	SYLWIA			SYLWIA		
16:30	Pilates			Pilates Stick®		
	SYLWIA			SYLWIA		
17:45	bodyART®	Pilates	IQ personalnie	Pilates	Zdrowy kręgosłup	
	SYLWIA	GOSIA	BEATA	PAULINA	BEATA	
19:00	Joga Kundalini	bodyCONTROL®	Pilates	Pilates Płaski brzuch		
	MARCIN	GOSIA	BEATA	PAULINA		
			Body Ball			
			BEATA			



IQ PILATES  
Z GŁOWĄ ĆWICZY CIAŁO

Opole, ul. Katowicka 50 (budynek NOT)  
telefon: 606 835 759  
email: studio@iqpilates.pl



[www.iqpilates.pl](http://www.iqpilates.pl)