

# MARZEC 2018

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8:15	IQ personalnie BEATA	IQ personalnie BEATA	IQ personalnie BEATA	IQ personalnie BEATA	IQ personalnie BEATA	
9:30		Pilates BEATA			Pilates BEATA	Pilates PAULINA
11:00		IQ personalnie BEATA			IQ personalnie BEATA	
12:00		IQ personalnie BEATA				
13:00						
14:00						
15:00		IQ personalnie BEATA				
16:30	Pilates GOSIA	Zdrowy kręgosłup BEATA		Pilates Stick® GOSIA	Pilates Stretch & Relax BEATA	
17:45	bodyART® PAULINA	Pilates BEATA	Pilates PAULINA	Pilates Płaski brzuch GOSIA	Zdrowy kręgosłup BEATA	
19:00	Joga Kundalini MARCIN	bodyCONTROL® GOSIA	Pilates Stick® ASIA	Pilates PAULINA	Body Ball BEATA	
20:15	IQ exclusive MARCIN	Pilates Płaski brzuch GOSIA	! Cardio Pilates ASIA	bodyART® PAULINA		



IQ PILATES  
Z GŁOWĄ ĆWICZY CIAŁO

Opole, ul. Katowicka 50 (budynek NOT)  
telefon: 601 248 003  
email: studio@iqpilates.pl



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