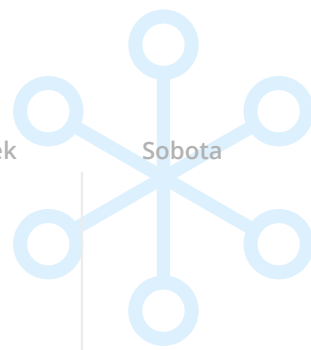


STYCZEŃ 2019



	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota
8:30						
9:30		Pilates BEATA		IQ personalnie BEATA	Pilates SYLWIA	Pilates PAULINA
11:00						
12:00						
13:00						
14:00						
15:00						
Uwaga - w czwartek nowe godziny zajęć popołudniowych!						
16:15	Pilates		Pilates Stick®		Pilates Stretch & Relax	
16:30	SYLWIA		SYLWIA		BEATA	
17:30	Body in balance	Pilates	Pilates Płaski brzuch	🕒 Pilates Płaski brzuch	Zdrowy kręgosłup	
17:45	SYLWIA	GOSIA	SYLWIA	GOSIA	BEATA	
18:45	Joga Kundalini	bodyCONTROL®	Pilates Special	🕒 Pilates		
19:00	MARCIN	GOSIA	BEATA	PAULINA		
20:00		Pilates Płaski brzuch	Body Ball	🕒 bodyART®		
20:15		GOSIA	BEATA	PAULINA		



IQ PILATES
Z GŁOWĄ ĆWICZY CIAŁO

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



www.iqpilates.pl

