

SÓL

GRAFIK TRENINGÓW

KAŻDY PONIEDZIAŁEK

- 17:00** - Trening wprowadzający
- 17:30** - Trening wprowadzający
- 18:00** - Rozciąganie & Mobilność
- 19:00** - Trening Obwodowy

KAŻDY WTOREK

- 19:00** - Joga



Na zajęcia sportowe i treningi obowiązują zapisy.
Zapraszamy również na treningi personalne.
Więcej informacji na recepcji SÓL Fitness.

Zapisy: sol@stradomhouse.com

KAŻDY CZWARTEK

- 10:00** - Aerial Stretching
- 17:00** - Trening wprowadzający
- 17:30** - Trening wprowadzający
- 18:00** - Rozciąganie & Mobilność
- 19:00** - Trening Obwodowy

