Grafik zajęć na sezon 2015/2016

ważny od dnia 04.01.2016

CENTRUM SPORTU IRBIS

SZKOŁA SZTUK WALKI IRBIS

PONIEDZIAŁEK

08:45			
09:00		HARDSTYLE KETTLEBELL ADEPT PIOTR 09:00-10:00	HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCED ANDŻELIKA 09:00-10:00
09:15			
09:30			
09:45			
10:00			
16:00		AKROBATYKA DZIECI 3-5 LAT KAROLINA 16:00 - 16:45	
16:15			
16:30			
16:45			
17:00		AKROBATYKA DZIECI 2x/TYG POCZĄTKUJĄCA KAROLINA 17:00 - 18:00	
17:15			
17:30			
17:45			
18:00	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI Żółte PIOTR 18:00 - 19:15	AKROBATYKA DZIECI MŁODZIEŻ KAROLINA 18:00 - 19:00	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI Początkująca ANDŻELIKA 18:00 - 19:00
18:15			
18:30			
18:45			
19:00			
19:15		AKROBATYKA MŁODZIEŻ DOROŚLI KAROLINA 19:15 - 20:15	HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCED #1 ANDŻELIKA 19:15-20:15
19:30			
19:45	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI Pomarańczowe Zielone PIOTR 19:45 - 21:00		
20:00			
20:15		FITNESS TBC DANUSIA 20:15 - 21:15	HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCE #2 ANDŻELIKA 20:15-21:15
20:30			
20:45			
21:00	+ 15 min ZIELONY		
21:15			
21:30			
21:45			

WTOREK

08:45			
09:00			
09:15			
09:30			
09:45			
10:00			
16:00	KUNG FU DZIECI Początkująca ANDŻELIKA 16:00 - 16:45		
16:15			
16:30			
16:45	KUNG FU DZIECI Żółte ANDŻELIKA/PIOTR 16:45 - 17:45		
17:00		HIP HOP GRUPA POKAZOWA ANITA 17:00 - 18:00	
17:15			
17:30			
17:45	KUNG FU DZIECI Pomarańczowe PIOTR 17:45 - 18:45		
18:00		HIP HOP GR. II 10-13 LAT ANITA 18:00 - 19:00	HARDSTYLE KETTLEBELL PRE-ADVANCED JAREK 18:00-19:00
18:15			
18:30			
18:45	+ 15 min POM. II		
19:00		FITNESS TBC + PIŁKI ANITA 19:00 - 20:00	HARDSTYLE KETTLEBELL ADEPT PIOTREK 19:00-20:00
19:15	SANDA JUNIOR ROBERT 19:15 - 20:15		
19:30			
19:45			
20:00			
20:15	SANDA MŁODZIEŻ DOROŚLI ROBERT 20:15 - 21:30		
20:30			
20:45			
21:00			
21:15			
21:30			
21:45			

ŚRODA

08:45			
09:00		HARDSTYLE KETTLEBELL ADEPT PIOTR 09:00-10:00	HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCED ANDŻELIKA 09:00-10:00
09:15			
09:30			
09:45			
10:00			
16:00		HIP HOP GR. I 6-9 LAT ANITA 16:00 - 17:00	
16:15			
16:30			
16:45			
17:00		HIP HOP GRUPA POKAZOWA ANITA 17:00 - 18:00	
17:15			
17:30			
17:45			
18:00	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI Żółte PIOTR 18:00 - 19:15	STREET DANCE ANITA 18:00 - 19:00	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI Początkująca ANDŻELIKA 18:00 - 19:00
18:15			
18:30			
18:45			
19:00		DANCEHALL ANIA 19:00 - 20:00	
19:15			HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCED #1 ANDŻELIKA 19:15-20:15
19:30			
19:45	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI Pomarańczowe Zielone PIOTR 19:45 - 21:00		
20:00			
20:15		FITNESS PILATES DANUSIA 20:15 - 21:15	HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCE #2 ANDŻELIKA 20:15-21:15
20:30			
20:45			
21:00	+ 15 min ZIELONY		
21:15			
21:30			
21:45			

CZWARTEK

08:45			
09:00			
09:15			
09:30			
09:45			
10:00			
16:00	KUNG FU DZIECI Początkująca ANDŻELIKA 16:00 - 16:45		
16:15			
16:30			
16:45	KUNG FU DZIECI Żółte ANDŻELIKA/PIOTR 16:45 - 17:45		
17:00			
17:15			
17:30			
17:45	KUNG FU DZIECI Pomarańczowe PIOTR 17:45 - 18:45		
18:00		AKROBATYKA DZIECI 2x/TYG POCZĄTKUJĄCA KAROLINA 18:00 - 19:00	HARDSTYLE KETTLEBELL PRE-ADVANCED JAREK 18:00-19:00
18:15			
18:30			
18:45	+ 15 min POM. II		
19:00		AKROBATYKA DZIECI 1x/TYG POCZĄTKUJĄCA KAROLINA 19:00 - 20:00	HARDSTYLE KETTLEBELL ADEPT PIOTREK 19:00-20:00
19:15	SANDA JUNIOR ROBERT 19:15 - 20:15		
19:30			
19:45			
20:00		AKROBATYKA DZIECI MŁODZIEŻ KAROLINA 20:00 - 21:00	
20:15	SANDA MŁODZIEŻ DOROŚLI ROBERT 20:15 - 21:30		
20:30			FITNESS STEP MIŁOSZ 20:30 - 21:30
20:45			
21:00			
21:15			
21:30			
21:45			

PIĄTEK

08:45			
09:00			
09:15			
09:30			
09:45			
10:00			
16:00		HIP HOP GR. I 6-9 LAT ANITA 16:00 - 17:00	DANCEHALL ANIA 16:00 - 17:00
16:15			
16:30			
16:45	KUNG FU DZIECI FORMY PIOTR 16:45 - 17:45		
17:00		HIP HOP GRUPA POKAZOWA ANITA 17:00 - 18:00	
17:15			
17:30			
17:45			
18:00		HIP HOP GR. II 10-13 LAT ANITA 18:00 - 19:00	HARDSTYLE KETTLEBELL ADVANCE 1 & 2 PIOTREK 18:00-19:00
18:15			
18:30			
18:45			
19:00			
19:15	KUNG FU MŁODZIEŻ DOROŚLI FORMY PIOTR 19:15 - 20:30	AKROBATYKA GRUPA POKAZOWA KAROLINA 19:15 - 20:15	PŁASKI BRZUCH ANITA 19:15 - 20:15
19:30			
19:45			
20:00			
20:15		AKROBATYKA MŁODZIEŻ DOROŚLI GRZEGORZ 20:15 - 21:15	
20:30			
20:45			
21:00			
21:15			
21:30			
21:45			