

godz.	poniedziałek	wtorek	środa				czwartek	piątek
08:00				nordic walking 8:10-9:40	fitness 8:30-9:30	siłownia 8:15-9:45		
09:00			siatkówka M 8:20-9:50					
10:00			wykłady 10:10-11:40					
11:00								
12:00			wykłady 12:10-13:40					
13:00								
14:00			wykłady 13:50-15:20					
15:00								
16:00			siatkówka K 15:30-17:00		samoobrona dla kobiet 15:30-16:50	szachy 15:40-16:55		
17:00			koszykówka K+M 17:00-18:30	zumba 17:15-18:15	latino solo 17:00-18:00	dart 17:05-18:05	fit-ball 17:00-18:00	
18:00	zumba 18:00-19:00	pilates 18:00-19:00	joga 18:00-19:00		latino solo 18:00-19:00	tr. obwodowy 19:00-20:00	judo 17:00-18:30	tabata 18:00-19:00
19:00	body balance 19:00-20:00	cellulit-attack 19:00-20:00	aerobik 19:00-20:00	zdr. kręgosłup 19:00-20:00			aerobik 19:00-20:00	joga 19:00-20:00
20:00			zumba 19:00-20:00	basen 20:00-21:00 SP5 Chorzów		pilates/mobility 20:00-21:00		zumba 19:00-20:00
21:00								

**AG - bud. C**

sala gimnastyczna C  
sala C200 (zumba śr)

**AG - bud. B**

sala B002 (aula senacka)

**AG - bud. A**

sala A118  
sala A106

**Miejsce zajęć poza uczelnią:**

judo, aerobik - ORW Zadole, ul. Wczasowa 8

nordic walking - plener, zbiórka Panoramie Fitness, ul. Studencka 22

basen - SP5 w Chorzowie, ul. Ryszki 55 - wejście boczne z napisem Basen

pilates, cellulit, joga, zdr. kręgosłup, zumba(wt, czw) - Panorama Fitness, ul. Studencka 22

tabata, tr. obwodowy, fit-ball, siłownia - Panorama Fitness, ul. Studencka 22