

| Godzina | Poniedziałek | Wtorek | Środa | Czwartek | Piątek | Sobota |
|---------------------|---------------------------|----------------------------|------------------------|---------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| 07:30 | | | Trening brzucha, Grześ | | Trening brzucha, Grześ, Agnieszka | |
| 08:00 | Joga, Marta | Spinning, Kornelia | Joga, Marta | Stretching, Asia Z. | Body Mix, Agnieszka | |
| 09:00 | Spinning, Kornelia | | | | | Zdrowy kręgosłup, Jola |
| 10:00 | | | | | | Gimnastyka odchudz. Agnieszka |
| 11:00 | | | | | | |
| 17:00 | Taniec, Darek | | Taniec, Darek | Aerobik Mix, Gosia | | |
| 17:30 | | Trening brzucha 30", Zosia | | | | |
| 18:00 | Pilates, stretching Gosia | Step, Zosia | Body Mix, Zosia | ABT Step,, Ada | Joga-Pilates Mix, Jola | |
| 19:00 | Step obwód Ada | Body Mix, Zosia | Step obwód Ada | Step Zosia | Gimnastyka odchudz. Jola | |
| 20:00 | Spinning Ada | Joga, Marta | Spinning Ada | Spinning, Kornelia | Spinning, Kornelia | |
| AQUA AEROBIK | | | | | | |
| 09:00 | | | Aqua Kornelia | Aqua Kornelia | | |
| 18:15 | | | | Aqua Gosia | | |
| 19:15 | Aqua Gosia | Aqua Kornelia | Aqua Kornelia | Aqua Ada | | |