



Grafik ważny od 10.09.2018r.

	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
09:30	ABT Zgrabne Nogi *** Michalina	GIMNASTYKA 50+ ** Aneta	BODY BALL & Ovoball *** Dorota	ZDROWY KREGOSŁUP ** Bartek T.	GIMNASTYKA 50+ ** Michalina	PŁASKI BRZUCH & Stretching ** Olson	MEDIUM STEP **** Bartek D.
10:30	PŁASKI BRZUCH & Stretching ** Michalina	PORANNE SPALANIE *** Aneta	SHAPE AntyCellulit **** Dorota	ABT Zgrabne Nogi *** Bartek T.	ZDROWY KREGOSŁUP ** Michalina	TRENING OBWODOWY **** Olson	PILATES & Stretching ** Bartek D.
12:00		FIT MAMA Aktywna cięża ** Aneta		FIT MAMA Aktywna cięża ** Aneta		ANALIZA SKŁADU CIAŁA badanie odbywa się raz w miesiącu — Informacje i zapisy w klubie oraz na FB	
16:30	POWER BODY BALL *** Dorota	TABATA & Płaski Brzuch ***** Aneta	ELITE Power Workout **** Ola	INTERWAŁ & Płaski Brzuch ***** Olson	STRONG BY ZUMBA® ***** Paweł Mil.		
17:30	SHAPE AntyCellulit **** Judi	ZUMBA® **** Natalia	ABT Zgrabne Nogi *** Ola	ELITE Power Workout **** Elite Team	ABT Jędrne Pośladki *** Dorota		
18:30	ZDROWY KREGOSŁUP ** Judi	TBC Max Kondycja **** Karolina	ZUMBA® **** Natalia	ASTANGA YOGA *** Karolina	BODY BALL & Ovoball *** Dorota		
19:30	FAT BURNER Turbo Spalanie **** Paula	HATHA YOGA ** Karolina	MAGIC PUMP Siła Sztang **** Judi	SHAPE AntyCellulit **** Bartek T.	SHOCK Fitness ***** Paula		
20:30	MAGIC PUMP Siła Sztang **** Paula	BASIC STEP *** Bartek D.	PŁASKI BRZUCH & Stretching ** Judi	PILATES & Stretching ** Bartek T.			

\* gwiazdki oznaczają intensywność ćwiczeń | opis zajęć i prowadzących oraz opinie naszych uczestników znajdziesz na [www.fitnessfordon.pl](http://www.fitnessfordon.pl)

100% SATYSFAKCJI lub zwrot pieniędzy		29 PLN	cena regularna: 69 PLN 59 PLN z rabatem*	cena regularna: 89 PLN 79 PLN z rabatem*	cena regularna: 109 PLN 99 PLN z rabatem*	cena regularna: 119 PLN 109 PLN z rabatem*
<b>GWARANCJA SATYSFAKCJI</b> jeżeli po pierwszej wizycie uznasz, że klub nie spełnia Twoich oczekiwań, oddamy Ci pieniądze. Nie ponosisz żadnego ryzyka.	<b>MULTISPORT BENEFIT SYSTEMS</b> z kartą MultiSport Benefit Systems, Fit Profit, Fit Flex i OK System masz pełen dostęp do zajęć FITNESS i siłowni CARDIO	<b>BILET 1 WEJŚCIE</b> 1 wejście na dowolne zajęcia FITNESS i siłownię CARDIO po treningu dostajesz rabat 29PLN na karnet	<b>KARNET 4 WEJŚCIA</b> 4 wejścia na dowolne zajęcia FITNESS i siłownię CARDIO karnet ważny 30 dni od daty zakupu	<b>KARNET 8 WEJŚĆ</b> 8 wejść na dowolne zajęcia FITNESS i siłownię CARDIO karnet ważny 30 dni od daty zakupu	<b>KARNET 12 WEJŚĆ</b> 12 wejść na dowolne zajęcia FITNESS i siłownię CARDIO karnet ważny 30 dni od daty zakupu	<b>KARNET OPEN</b> pełen dostęp do zajęć FITNESS i siłowni CARDIO karnet ważny 30 dni od daty zakupu

## #NAJFAJNIEJ

- \* Korzystaj z rabatu co miesiąc, przedłużając regularnie swój karnet, najpóźniej w dniu jego wygaśnięcia
- \* Aktywacja i wydanie plastikowej karty członkowskiej Fitness Fordon kosztuje jednorazowo 14 PLN
- \* Wydawanie nowych kart członkowskich jest ograniczone, zapytaj wcześniej o wolną aktywację
- \* **Trenuj ze swoim facetem! Ty na sali FITNESS, a On w CROSSBOXIE - [www.crossfordon.pl](http://www.crossfordon.pl)**