

# AKCJA KURACJA – SPEED FAT LOST PRZYGOTUJ SIĘ Z FITNESSEM DO SYLWESTRA 2015



Plan treningowy na Grudzień 2015,  
Brzuch, nogi, kondycja - 6 zajęć Body trening po 90 minut,

<i>Grudzień 2015</i>	<i>wt.</i>	<i>śr.</i>	<i>czw.</i>	<i>pt.</i>	<i>sb.</i>	<i>Nd.</i>
	<i>1 g. 19.00</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5 g. 10.00</i>	<i>6</i>
<i>7</i>	<i>8 g. 19.00</i>	<i>9</i>	<i>10</i>	<i>11</i>	<i>12 g. 10.00</i>	<i>13</i>
<i>14</i>	<i>15 g. 19.00</i>	<i>16</i>	<i>17</i>	<i>18</i>	<i>19 g. 10.00</i>	<i>20</i>

9 godzin treningu za 180 zł.

Zapisy na emaila [anna-mielniczuk1@wp.pl](mailto:anna-mielniczuk1@wp.pl)

Zajęcia odbędą się przy 6 uczestnikach

Plan Treningowy skierowany jest dla osób już trenujących.