

KLUB TOTAL FITNESS		PONIEDZIAŁEK	
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	18:00:00	BODY PUMP	PIOTR SYDOR
	19:00:00	TOTAL CARDIO	PIOTR SYDOR
WARSZAWA GOĆŁAW	18:00:00	TOTAL CARDIO	ADA SIEKIERSKA
	19:00:00	TOTAL BRZUCH+STRETCH	ADA SIEKIERSKA
WARSZAWA GROCHÓW	18:00:00	TOTAL CARDIO	BARTEK MOGIŁA
	19:00:00	TOTAL STRENGTH	BARTEK MOGIŁA
RADOM	17:30:00	TOTAL CONDITIONING	MILENA JAROSZ LATOS
	18:30:00	TOTAL SHAPE	MILENA JAROSZ LATOS
PIASECZNO	18:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	AGNIESZKA ZYCH
	19:00:00	LM BODYPUMP	AGNIESZKA ZYCH
WARSZAWA URSYNÓW	17:30:00	ZDROWY KREGOSŁUP	KASIA SANTOLAK
	18:30:00	TOTAL SHAPE	KASIA SANTOLAK
WARSZAWA WILANÓW	18:00:00	LM BODYPUMP	KINGA ZGIERSKA
	19:00:00	LM BODYBALANCE	KINGA ZGIERSKA
WARSZAWA BEMOWO	17:30:00	LM BODYCOMBAT	DOROTA SZYMAŃSKA
	18:30:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	DOROTA GODLEWSKA
PRUSZKÓW	18:15:00	ZUMBA	AGA KŁOBUCHOWSKA
	19:15:00	TOTAL SHAPE	AGA KŁOBUCHOWSKA
WARSZAWA WOLA	18:00:00	LM BODYATTACK	AGATA ŁUKOWSKA
	19:00:00	LM BODYPUMP	MATEUSZ STACHURSKI
WARSZAWA OCHOTA	17:00:00	TOTAL CONDITIONING	IZABELA WOJCIESKA
	18:00:00	ZUMBA	ŁUKASZ GRABOWSKI
GDAŃSK GRUNWALDZKA	18:00:00	LM BODYPUMP	ANIA JASIEWICZ
	19:00:00	TOTAL BURN	MARTA GRAJEWSKA
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	18:00:00	TOTAL SHAPE	SYLWIA KOWALSKA
	19:00:00	LM BODYPUMP	DARIA ZARADKIEWICZ
GDAŃSK NIEBOROWSKA	18:00:00	TOTAL CARDIO	MONIKA BORKOWSKA
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	ALICJA BUCZKOWSKA

totalfitness ZAJĘCIA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

KLUB TOTAL FITNESS	WTOREK		
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	18:00:00	TOTAL SHAPE	RENATA KOŁODZIEJCZYK
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	RENATA KOŁODZIEJCZYK
WARSZAWA GOĆŁAW	18:00:00	LM BODYPUMP	ANITA SZOŁDRA
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	ANITA SZOŁDRA
WARSZAWA GROCHÓW	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	MAGDALENA MAĆKOWIAK
	19:00:00	JOGA	MAGDALENA MAĆKOWIAK
RADOM	18:00:00	TOTAL CARDIO	DARIA MORDZIŃSKA
	19:00:00	TOTAL STRENGTH	DARIA MORDZIŃSKA
PIASECZNO			
	19:00:00	ZUMBA	AGNIESZKA KŁOBUCHOWSKA
WARSZAWA URSYNÓW	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	MARTA GERMAŃSKA-SKRZYŃSKA
	19:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	MARTA GERMAŃSKA-SKRZYŃSKA
WARSZAWA WILANÓW	18:00:00	LM BODYPUMP	IZABELA WOJCIESKA
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	IZABELA WOJCIESKA
WARSZAWA BEMOWO	17:00:00	TOTAL SHAPE	ASIA ŚWSTAK
	18:00:00	TOTAL CARDIO	ASIA ŚWISTAK
PRUSZKÓW	18:00:00	LM BODYATTACK	AGATA ŁUKOWSKA
	19:00:00	LM BODYPUMP	AGATA ŁUKOWSKA
WARSZAWA WOLA	17:00:00	TOTAL HIIT	BARTEK MOGIŁA
	18:00:00	TOTAL SHAPE	BARTEK MOGIŁA
WARSZAWA OCHOTA	17:30:00	LM BODYPUMP	MONIKA DZIACZKOWSKA
	18:30:00	LM BODYCOMBAT	ADAM WADHWA
GDAŃSK GRUNWALDZKA	17:00:00	TOTAL SHAPE	DARA KUZA
	18:00:00	TOTAL TABATA	MARTA GRAJEWSKA
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	17:00:00	TOTAL CROSS	MARTA GRAJEWSKA
	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	HANNA ROSSLAND
GDAŃSK NIEBOROWSKA	18:00:00	ANTYCELLULIT	JUSTYNA BOLEK
	19:00:00	LM BODYPUMP	ANNA JASIEWICZ

KLUB TOTAL FITNESS		ŚRODA	
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	18:00:00	LM BODYBALANCE	ANITA SZOŁDRA
	19:00:00	LM BODYPUMP	ANITA SZOŁDRA
WARSZAWA GOĆŁAW	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	RENATA KOŁODZIEJCZYK
	19:00:00	LM BODYBALANCE	RENATA KOŁODZIEJCZYK
WARSZAWA GROCHÓW	18:00:00	TOTAL HIIT	KASIA SANTOLAK
	19:00:00	STRETCHING	KASIA SANTOLAK
RADOM	17:30:00	TOTAL SHAPE	JUSTYNA WOŁCZYŃSKA
	18:30:00	TOTAL CONDITIONING	JUSTYNA WOŁCZYŃSKA
PIASECZNO	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	AGNIESZKA ZYCH
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	AGNIESZKA ZYCH
WARSZAWA URSYNÓW	18:00:00	TOTAL SHAPE	ADA SIEKERSKA
	19:00:00	TOTAL CARDIO	IZABELA WOJCIESKA
WARSZAWA WILANÓW	18:00:00	TOTAL CARDIO	KINGA ZGIERSKA
	19:00:00	LM BODYBALANCE	KINGA ZGIERSKA
WARSZAWA BEMOWO	17:30:00	TOTAL HIIT	MONIKA DZIACZKOWSKA
	18:30:00	TOTAL SHAPE	MONIKA DZIACZKOWSKA
PRUSZKÓW	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	AGATA ŁUKOWSKA
	19:00:00	ZUMBA	AGA KŁOBUCHOWSKA
WARSZAWA WOLA	17:00:00	TOTAL CONDITIONING	EMILIA DUNAJSKA
	18:00:00	LM BODYPUMP	EMILIA DUNAJSKA
WARSZAWA OCHOTA	18:00:00	LM BODYCOMBAT	ADAM WADHWA
	19:15:00	JOGA	PAULINA LUBAWSKA
GDAŃSK GRUNWALDZKA	18:00:00	LM BODYPUMP	MONIKA BORKWOSKA
	19:00:00	AEROBOX	HANNA ROSSLAND
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	18:00:00	TOTAL BURN	SYLWIA KOWALSKA
	19:00:00	LM BODYPUMP	SYLWIA KOWALSKA
GDAŃSK NIEBOROWSKA	18:00:00	LM BODYPUMP	ALICJA BUCZKOWSKA
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	ALICJA BUCZKOWSKA



ZAJĘCIA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

KLUB TOTAL FITNESS	CZWARTEK		
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	BARTEK MOGIŁA
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	BARTEK MOGIŁA
WARSZAWA GOĆŁAW	18:00:00	LM BODYPUMP	PIOTR LIWTINIUK
	19:00:00	TOTAL CARDIO	PIOTR LIWTINIUK
WARSZAWA GROCHÓW	18:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	RENATA KOŁODZIEJCZYK
	19:00:00	TOTAL SHAPE	RENATA KOŁODZIEJCZYK
RADOM	18:00:00	TOTAL CARDIO	DARIA MORDZIŃSKA
	19:00:00	TOTAL STRENGTH	DARIA MORDZIŃSKA
PIASECZNO	18:00:00	LM BODYPUMP	MARTA GERMAŃSKA-SKRZYŃSKA
	19:00:00	ZUMBA	AGNIESZKA KŁOBUCHOWSKA
WARSZAWA URSYNÓW	17:30:00	TOTAL SHAPE	PATRYCJA WROŃSKA-BARAN
WARSZAWA WILANÓW	18:00:00	VINYASA FLOW YOGA	MAGDALENA MAĆKOWIAK
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	MONIKA GRZESIK
WARSZAWA BEMOWO	17:30:00	TOTAL CONDITIONING	AGATA ŁUKOWSKA
	18:30:00	LM BODYPUMP	AGATA ŁUKOWSKA
PRUSZKÓW	17:30:00	LM BODYPUMP	IZABELA WOJCIESKA
	18:30:00	TOTAL CARDIO	IZABELA WOJCIESKA
WARSZAWA WOLA	18:00:00	TOTAL HIIT	EMILIA DUNAJSKA
	19:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	EMILIA DUNAJSKA
WARSZAWA OCHOTA	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	MONIKA DZIACZKOWSKA
	19:00:00	LM BODYPUMP	MONIKA DZIACZKOWSKA
GDAŃSK GRUNWALDZKA	17:00:00	TOTAL TABATA	AGNIESZKA PIĄTEK
	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	AGNIESZKA PIĄTEK
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	18:00:00	ANTYCELLULIT	AGNIESZKA NAWROT
	19:00:00	LM BODYPUMP	DARIA ZARADKIEWICZ
GDAŃSK NIEBOROWSKA	17:00:00	TOTAL BURN	ANNA JASIEWICZ
	18:00:00	ANIMAL FLOW	MAGDA POBORCA

KLUB TOTAL FITNESS	PIĄTEK		
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	17:30:00	LM BODYPUMP	AGATA ŁUKOWSKA
	18:30:00	LM BODYATTACK	AGATA ŁUKOWSKA
WARSZAWA GOĆŁAW	18:00:00	BRZUCH+CARDIO	ANITA SZOŁDRA
	19:00:00	LM BODYBALANCE	ANITA SZOŁDRA
WARSZAWA GROCHÓW	18:00:00	TOTAL CONDITIONING	MAGDALENA MAĆKOWIAK
	19:00:00	JOGA	MAGDALENA MAĆKOWIAK
RADOM	17:00:00	TOTAL CONDITIONING	JUSTYNA WOŁCZYŃSKA
	18:00:00	TOTAL SHAPE	JUSTYNA WOŁCZYŃSKA
PIASECZNO	18:00:00	TOTAL SHAPE	WERONIKA WÓJCIK
	19:00:00	LM BODYCOMBAT	WERONIKA WÓJCIK
WARSZAWA URSYNÓW	18:00:00	ZDROWY KREGOSŁUP	PATRYCJA WROŃSKA-BARAN
	19:00:00	TOTAL STRENGTH	PATRYCJA WROŃSKA-BARAN
WARSZAWA WILANÓW	18:00:00	TOTAL HIIT + ABS	KINGA ZGIERSKA
	19:00:00	LM BODYBALANCE	KINGA ZGIERSKA
WARSZAWA BEMOWO	17:30:00	LM BODYCOMBAT	DOROTA SZYMAŃSKA
	18:30:00	TOTAL SHAPE	DOROTA SZYMAŃSKA
PRUSZKÓW	18:00:00	ZUMBA	AGIESZKA KŁOBUCHOWSKA
WARSZAWA WOLA	17:30:00	TOTAL CONDITIONING	MONIKA DZIACZKOWSKA
	18:30:00	LM BODYPUMP	MONIKA DZIACZKOWSKA
WARSZAWA OCHOTA	18:00:00	ZUMBA	ŁUKASZ GRABOWSKI
	19:00:00	TOTAL SHAPE	ADAM WADHWA
GDAŃSK GRUNWALDZKA	17:00:00	FITBALL	DARIA KUZA
	18:00:00	TOTAL SHAPE	DARIA KUZA
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	17:00:00	TOTAL CROSS	MARTA GRAJEWSKA
	18:00:00	ZUMBA	MONIKA BORKOWSKA
GDAŃSK NIEBOROWSKA	17:00:00	TOTAL SHAPE	MAGDA POBORCA
	18:30:00	TOTAL TABATA	MARTA GRAJEWSKA

totalfitness ZAJĘCIA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

KLUB TOTAL FITNESS		SOBOTA	
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	10:00:00	LM BODYPUMP	RENATA KOŁODZIEJCZYK
	11:00:00	LM BODYCOMBAT	RENATA KOŁODZIEJCZYK
WARSZAWA GOĆŁAW	10:00:00	TOTAL HIIT/LM BODYCOMBAT	KASIA SANTOLAK/ BARTEK MOGIŁA
	11:00:00	BRZUCH+STRETCH	KASIA SANTOLAK/ BARTEK MOGIŁA
WARSZAWA GROCHÓW	10:00:00	TOTAL CARDIO	ADA SIEKIERSKA
	11:00:00	BRZUCH+STRETCH	ADA SIEKIERSKA
RADOM	10:00:00	TOTAL SHAPE	DARIA MORDZIŃSKA
PIASECZNO	10:00:00	LM BODYPUMP	PATRYCJA WROŃSKA-BARAN
	11:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	PATRYCJA WROŃSKA-BARAN
WARSZAWA URSYNÓW	10:00:00	TOTAL CONDITIONING	EWA KULA
	11:00:00	STRETCHING	EWA KULA
WARSZAWA WILANÓW	10:00:00	LM BODYPUMP	MARTA GERMAŃSKA-SKRZYŃSKA
	11:00:00	LM BODYBALANCE	MARTA GERMAŃSKA-SKRZYŃSKA
WARSZAWA BEMOWO	10:00:00	TOTAL SHAPE	DOROTA GODLEWSKA
	11:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	DORTA GODLEWSKA
PRUSZKÓW	10:00:00	TOTAL SHAPE	MONIKA DZIACZKOWSKA
	11:00:00	LM BODYPUMP	MONIKA DZIACZKOWSKA
WARSZAWA WOLA	10:00:00	LM BODYATTACK	AGATA ŁUKOWSKA
	11:00:00	LM BODYPUMP	AGATA ŁUKOWSKA
WARSZAWA OCHOTA	10:00:00	LM BODYPUMP	AGA ZYCH
	11:00:00	LM BODYCOMBAT	AGA ZYCH
GDAŃSK GRUNWALDZKA	10:00:00	LM BODYPUMP	PAWEŁ GUMOŚ
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	09:00:00	TOTAL CONDITIONING	HANIA ROSSLAND
	10:00:00	BOKS	HANIA ROSSLAND
GDAŃSK NIEBOROWSKA	11:00:00	TOTAL BURN	MARTA GRAJEWSKA



ZAJĘCIA NA ŚWIEŻYM POWIETRZU

KLUB TOTAL FITNESS	NIEDZIELA		
	Godzina	Zajęcia	Instruktor
WARSZAWA BIAŁOŁĘKA	16:00:00	LM BODYPUMP	ANITA SZOŁDRA
	17:00:00	LM BODYBALANCE	ANITA SZOŁDRA
WARSZAWA GOCŁAW	10:00:00	TOTAL CARDIO	MAGDALENA MAĆKOWIAK
	11:00:00	JOGA	MAGDALENA MAĆKOWIAK
WARSZAWA GROCHÓW	10:00:00	TOTAL HIIT	KASIA SANTOLAK
	11:00:00	BRZUCH+STRETCH	KASIA SANTOLAK
RADOM	10:00:00	TOTAL CONDITIONING	MILENA JAROSZ-LATOS
PIASECZNO	10:00:00	TOTAL CONDITIONING	NATALIA ROGOZIŃSKA
	11:00:00	PILATES	NATALIA ROGOZIŃSKA
WARSZAWA URSYNÓW	10:30:00	TOTAL SHAPE	ADA SIEKIERSKA
	11:30:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	ADA SIEKIERSKA
WARSZAWA WILANÓW	10:00:00	LM BODYCOMBAT	IZABELA WOJCIESKA
	11:00:00	PILATES	IZABELA WOJCIESKA
WARSZAWA BEMOWO	10:30:00	LM BODYPUMP	MONIKA DZIACZKOWSKA
	11:30:00	TOTAL CARDIO	MONIKA DZIACZKOWSKA
PRUSZKÓW	10:00:00	TOTAL SHAPE	AGATA ŁUKOWSA
	11:00:00	LM BODYATTACK	AGATA ŁUKOWSA
WARSZAWA WOLA	10:00:00	TOTAL CONDITIONING	EMILIA DUNAJSKA
	11:00:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	EMILIA DUNAJSKA
WARSZAWA OCHOTA	10:30:00	ZDROWY KRĘGOSŁUP	DOROTA GODLEWSKA
	11:30:00	LM BODYPUMP	DOROTA GODLEWSKA
GDAŃSK GRUNWALDZKA	10:00:00	TOTAL CONDITIONING	MARTA GRAJEWSKA
GDAŃSK RZECZYPOSPOLITEJ	11:00:00	TOTAL CARDIO	HANIA ROSSLAND
GDAŃSK NIEBOROWSKA	10:30:00	LM BODYPUMP	MONIKA BORKOWSKA
	11:30:00	ZUMBA	MONIKA BORKOWSKA

