

WAKACYJNY GRAFIK ZAJĘĆ DLA DZIECI, MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH

01.07-31.08.2026

JANKOWICKA 2

PONIEDZIAŁEK

WTOREK

ŚRODA

CZWARTEK

PIĄTEK

16:00-17:00 POLE DANCE TEENS SALA 1 Natalia	15:45-16:45 POLE DANCE KIDS SALA 2 Weronika K.	16:30-17:30 POLE DANCE TEENS SALA 2 Agata	16:00-16:55 OPEN POLE SALA 1	16:00-17:00 LIVING BODY SALA 2 Julia
16:00-17:00 POLE DANCE TEENS SALA 2 Agata	17:30-18:30 POLE DANCE TEENS SALA 2 Natalia	17:00-18:00 JOGA VINYASA SALA 1 Julia	16:00-17:00 POLE DANCE TEENS SALA 2 Weronika K.	17:00-18:00 POLE DANCE KIDS SALA 2 Weronika K.
17:00-18:00 POLE DANCE KIDS SALA 1 Agata	17:30-18:30 ZDROWY KRĘGOSŁUP SALA 1 Weronika L.	17:30-18:30 STRETCHING SALA 2 Agata	17:30-18:30 POLE DANCE TEENS SALA 2 Natalia	18:00-19:00 POLE DANCE KIDS SALA 1 Natalia
17:00-18:00 POLE DANCE SALA 2 Natalia NOWA GRUPA	18:30-19:30 POLE DANCE SALA 1 Natalia	18:30-19:30 KALISTENIKA POD POLE DANCE SALA 2 Vitalii	18:30-19:30 POLE DANCE SALA 2 Natalia	18:00-19:00 POLE DANCE TEENS/DOROŚLI SALA 2 Weronika K.
18:00-19:00 OPEN POLE SALA 1	18:30-19:30 JOGA VINYASA SALA 2 Weronika L.	19:30-20:30 POLE CHOREO SALA 2 Natalia	19:00-20:00 POLE DANCE SALA 1 Kaja	19:00-20:00 POLE DANCE SALA 2 Natalia
18:00-19:00 POLE DANCE SALA 2 Natalia	19:30-20:30 POLE DANCE SALA 1 Natalia	20:30-21:30 POLE DANCE SALA 2 Natalia	19:30-20:30 POLE DANCE SALA 2 Natalia	19:00-20:00 STRETCHING SALA 1 Weronika K.
19:00-20:00 EXOTIC SALA 2 Martyna	20:30-21:30 POLE CHOREO SALA 2 Kaja	20:30-21:30 POLE CHOREO SALA 1 Kaja NOWA GRUPA	20:00-21:00 ANIMAL MOVEMENT SALA 1 Martyna	20:00-20:55 OPEN POLE SALA 1
19:15-20:15 POLE DANCE SALA 1 Weronika K.	20:30-21:30 POLE DANCE +35 LAT SALA 1 Weronika K.		20:30-21:30 POLE DANCE SALA 2 Kaja	20:00-21:00 POLE DANCE +35 LAT SALA 2 Weronika K.
20:00-21:00 EXOTIC SALA 2 Martyna				

ZAPIS NA ZAJĘCIA DLA DOROSŁYCH

1. Pobieramy aplikację e-fitnessApp w sklepie Play lub App Store.
2. Wyszukujemy nasz klub Fit&More.

3. Logujemy się: Login: e-mail
Hasło: przyjdzie w wiadomości mailowej.
Gotowe! Możesz zapisać się na trening :)

Zapis na zajęcia jest obowiązkowy!
W przypadku nieobecności na treningu obowiązuje również wypis z zajęć w aplikacji lub telefonicznie.

KARNETY:

**KALISTENIKA
POD POLE DANCE**

POLE DANCE

EXOTIC / CHOREO

JOGA

**PAKIEF FIZJO
PAKIEF FIZJO+**

**PAKIEF OPEN
PAKIEF OPEN+**



ZESKANUJ MNIE

Zeskanuj kod QR do naszej strony lub odwiedź nas na fitmore.pl, gdzie poznasz szczegóły naszej oferty.

Wszystkie zajęcia godzinne trwają 55-60 minut.

Pierwsze zajęcia wymagają zapisu telefonicznego
881 204 021.

Honorujemy MEDICOVER oraz FITPROFIT na wybrane zajęcia.

WAKACYJNY GRAFIK ZAJĘĆ DLA MŁODZIEŻY I DOROSŁYCH 01.07-31.08.2026

GRUNWALDZKA 46

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
18:00-19:00 TRENING FUNKCJONALNY Sala 1 Krzysiu	15:00-15:55 OPEN AERIAL Sala 4	15:00-15:55 OPEN POLE Sala 2	17:00-18:00 KALISTENIKA DLA KOBIET Sala 1/3 Artur	15:00-16:00 POLE DANCE MAMA I CÓRKA Sala 2 Agata	08:00-09:00 TRENING HYBRYDOWY Sala 1 Piotrek
18:00-19:00 AERIAL HOOP Sala 4 Aga K. NOWA GRUPA	16:30-17:30 BARRE Sala 4 Julia	17:00-18:00 POLE DANCE Sala 2 Natalia	17:00-18:00 POLE DANCE Sala 2 Emilia	18:00-19:00 KALISTENIKA Sala 1 Vitalii	08:00-09:00 KALISTENIKA DLA KOBIET Sala 3 Martyna
19:00-20:00 KALISTENIKA Sala 1/3 Artur	17:00-18:00 FAMILY NINJA RODZIC-DZIECKO Sala 1 Patryk	17:30-18:30 KURS AERIAL HOOP Sala 4 Aga P. NOWOŚĆ	18:00-19:15 STREET LIFTING KALISTENIKA Sala 1 Artur zaawansowana	18:30-19:30 AERIAL HOOP Sala 4 Aga P.	09:00-10:00 TRENING OGÓLNOROZWOJOWY Sala 1 Martyna
19:00-20:00 SŁA DLA KAŻDEGO Sala 2 Krzysiu	17:30-18:30 STEP DANCE Sala 4 Klaudia W.	18:00-19:00 KETTLEBELL Sala 1 Krzysiu	18:00-19:00 POLE DANCE Sala 2 Emilia	19:00-20:00 TRENING OGÓLNOROZWOJOWY Sala 1 Vitalii	09:00-10:00 POLE DANCE Sala 2 Kinga
19:00-20:00 AERIAL HOOP Sala 4 Aga K.	18:00-19:00 HANDSTAND Sala 1 Patryk	18:00-19:00 POLE DANCE Sala 2 Natalia	19:00-20:00 POLE DANCE Sala 2 Emilia zaawansowana	19:00-20:00 POLE DANCE Sala 2 Kaja	09:00-10:00 POWER PILATES Sala 4 Zuzia
20:00-21:00 POLE DANCE Sala 2 Natalia zaawansowana	18:00-19:00 POLE DANCE Sala 2 Emilia	18:30-19:30 AERIAL HOOP Sala 4 Aga P.	20:15-21:15 OCR Sala 1/3 Dawid J.	20:00-21:30 KALISTENIKA Sala 1 Vitalii	10:00-11:00 POLE DANCE Sala 2 Klaudia B.
20:00-21:00 FIZJO TRENING Sala 1 Krzysiu	18:30-19:30 POWER PILATES Sala 4 Zuzia	19:00-20:00 TRENING HYBRYDOWY Sala 1 Dawid J.	20:15-21:45 KALISTENIKA Sala 1/3 Vitalii	10:00-11:30 KALISTENIKA Sala 1 Vitalii	10:00-11:30 KALISTENIKA Sala 1 Vitalii
20:00-21:00 OCR Sala 3 Dawid J.	19:00-20:00 POLE DANCE Sala 2 Emilia	19:00-20:00 ZDROWY KRĘGOSŁUP Sala 2 Krzysiu	21:00-22:00 PILATES/STRETCHING Sala 2 Agata	11:00-12:00 POLE DANCE Sala 2 Klaudia B.	13:30-14:30 FAMILY NINJA RODZIC-DZIECKO Sala 1/3 Vitalii
20:00-21:00 PILATES/STRETCHING Sala 4 Agata	19:30-20:30 PILATES BASIC Sala 4 Zuzia	20:00-21:30 AKROBATYKA Sala 3 Dawid F.			
	20:00-21:30 KALISTENIKA Sala 1 Vitalii	20:00-21:00 STRETCHING MOBILITY Sala 2 Krzysiu			
	20:00-21:00 EXOTIC Sala 2 Martyna	20:00-21:30 KALISTENIKA Sala 1 Vitalii			
		20:45-21:45 ZUMBA Sala 4 Klaudia W.			

NIEDZIELA
09:00-10:00 POLE DANCE TEENS/DOROŚLI Sala 2 Kaja

KARNETY:

KALISTENIKA

POLE DANCE / EXOTIC

ZUMBA

AERIAL HOOP

OCR + NINJA

TRENING HYBRYDOWY

PAKIEC FITNESS

PAKIEC FIZJO
PAKIEC FIZJO+

PAKIEC OPEN
PAKIEC OPEN+

AKROBATYKA



ZESKANUJ MNIE

Zeskanuj kod QR do naszej strony lub odwiedź nas na fitmore.pl, gdzie poznasz szczegóły naszej oferty.

Wszystkie zajęcia godzinne trwają 55-60 minut.

Pierwsze zajęcia wymagają zapisu telefonicznego
881 782 279.

Honorujemy MEDICOVER oraz FITPROFIT na wybrane zajęcia.

ZAPIS NA ZAJĘCIA DLA DOROSŁYCH

1. Pobieramy aplikację e-fitnessApp w sklepie Play lub App Store.
2. Wyszukujemy nasz klub Fit&More.

3. Logujemy się: Login: e-mail
Hasło: przyjdzie w wiadomości mailowej.
Gotowe! Możesz zapisać się na trening :)

Zapis na zajęcia jest obowiązkowy!
W przypadku nieobecności na treningu obowiązuje również wypis z zajęć w aplikacji lub telefonicznie.

WAKACYJNY GRAFIK ZAJĘĆ DLA DZIECI I MŁODZIEŻY 01.07-31.08.2026

GRUNWALDZKA 46

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
15:15-16:00 KIDS AKROBATYKA Sala 3 Karolina	15:00-16:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Vitalii	15:00-16:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Kacper	15:00-16:00 KIDS POLE DANCE Sala 2 Natalia	15:00-16:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Vitalii	09:00-10:00 KIDS OCR NINJA Sala 3 Piotrek
16:00-17:00 KIDS AKROBATYKA Sala 3 Karolina	16:00-17:00 KIDS/TEENS STREET WORKOUT Sala 1 Patryk	16:00-17:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Vitalii	15:00-16:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Vitalii	15:00-16:00 RODZIC I DZIECKO POLE DANCE MAMA I CÓRKA Sala 2 Agata	10:00-11:00 TEENS OCR NINJA Sala 3 Piotrek zaawansowana
17:00-18:00 KIDS/TEENS POLE DANCE Sala 2 Weronika	17:00-18:00 RODZIC I DZIECKO FAMILY NINJA Sala 1 Patryk	16:00-17:00 TEENS POLE DANCE Sala 2 Natalia zaawansowana	15:15-16:00 KIDS AKROBATYKA Sala 3 Karolina	16:00-17:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Kacper	11:00-12:00 KIDS OCR NINJA Sala 3 Piotrek
17:00-18:00 KIDS OCR NINJA Sala 1 Vitalii	17:00-18:00 KIDS/TEENS AKROBATYKA Sala 3 Mateusz	16:30-17:30 KIDS/TEENS PARKOUR Sala 3 Dawid F.	16:00-17:00 KIDS AKRO POMPON Sala 3 Karolina	16:00-17:00 KIDS/TEENS POLE DANCE Sala 2 Agata	11:00-12:00 KIDS/TEENS AERIAL DYNAMICS Sala 4 Aga K. NOWA GRUPA
17:00-18:00 TEENS AKROBATYKA Sala 3 Karolina zaawansowana	18:00-19:00 TEENS/DOROŚLI HANDSTAND Sala 1 Patryk	16:30-17:30 KIDS/TEENS AERIAL HOOP Sala 4 Aga P.	16:00-17:00 KIDS/TEENS POLE DANCE Sala 2 Natalia	17:00-18:00 KIDS/TEENS OCR NINJA Sala 1 Kacper	11:30-12:30 KIDS OCR NINJA Sala 1 Vitalii
17:00-18:00 KIDS/TEENS AERIAL HOOP Sala 4 Aga K.	18:00-19:00 KIDS/TEENS AKROBATYKA Sala 3 Mateusz	17:00-18:00 TEENS KALISTENIKA Sala 1 Vitalii zaawansowana	16:00-17:00 KIDS KALISTENIKA Sala 1 Vitalii	17:00-18:00 TEENS POLE DANCE Sala 2 Agata	12:00-13:00 KIDS OCR NINJA Sala 3 Aga K.
18:00-19:00 KIDS/TEENS POLE DANCE Sala 2 Weronika	19:00-20:00 TEENS AKROBATYKA Sala 3 Mateusz zaawansowana	17:30-18:30 KIDS/TEENS PARKOUR Sala 3 Dawid F.	17:00-18:00 KIDS/TEENS OCR NINJA Sala 1/3 Dawid J. zaawansowana	17:00-18:00 KIDS AKROBATYKA Sala 3 Karolina	12:00-13:00 TEENS POLE DANCE Sala 2 Kaja
18:00-19:00 KIDS/TEENS AKRO DANCE Sala 3 Karolina	19:00-20:00 KIDS/TEENS OCR NINJA Sala 1 Kacper	18:50-20:00 TEENS PARKOUR Sala 3 Dawid F. zaawansowana	18:00-19:00 KIDS/TEENS AKROBATYKA Sala 3 Karolina	17:30-18:30 KIDS/TEENS AERIAL HOOP Sala 4 Aga P.	12:30-13:30 KIDS/TEENS OCR NINJA Sala 1 Vitalii
19:00-20:00 KIDS/TEENS OCR NINJA Sala 1/3 Dawid J.	20:00-21:00 TEENS AKROBATYKA Sala 3 Mateusz zaawansowana	20:00-21:30 TEENS/DOROŚLI AKROBATYKA Sala 3 Dawid F.	18:30-19:15 KIDS/TEENS STRETCHING KIDS Sala 4 Vanessa	18:00-19:00 TEENS POLE DANCE Sala 2 Agata	13:30-14:30 RODZIC I DZIECKO FAMILY NINJA Sala 1/3 Vitalii
			19:00-20:00 KIDS/TEENS AKRO CHEER/DANCE Sala 3 Karolina	18:00-19:00 KIDS AKROBATYKA Sala 3 Mateusz	
			19:15-20:15 KIDS/TEENS OCR NINJA Sala 1 Dawid J.	19:00-20:00 KIDS/TEENS AKROBATYKA Sala 3 Mateusz	

KARNETY:

KALISTENIKA / STREET WORKOUT

POLE DANCE KIDS

AKRO POMPON / CHEER / DANCE

OCR NINJA KIDS

PARKOUR

MAŻORETKI

AERIAL HOOP / DYNAMICS

AKROBATYKA



ZESKANUJ MNIE

Zeskanuj kod QR do naszej strony lub odwiedź nas na fitmore.pl, gdzie poznasz szczegóły naszej oferty.

Wszystkie zajęcia godzinne trwają 55-60 minut.

Pierwsze zajęcia wymagają zapisu telefonicznego
881 782 279.

Honorujemy MEDICOVER na wybrane zajęcia.