

- 12.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 13.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 14.00**    **Fitness School TV**  
**STEP NEW STYLE**  
Anna Horobiowska
- 15.00**    **Profi Fitness School**  
**TBC FULL EQUIPMENT**  
Dagmara Wysocka
- 16.00**    **Fitness University**  
**POWER STEP**  
Patryk Tomaszewski
- 17.00**    **IFAA Polska**  
**TBC WORKOUT**  
Sylwia Kamińska
- 18.00**    **Fitness School TV**  
**FREEK STEP FUN & POWER**  
Sebastian Piątek
- 19.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**

- 12.00** coming soon  
**MASTERCLASS**
- 13.00** coming soon  
**MASTERCLASS**
- 14.00** coming soon  
**MASTERCLASS**
- 15.00** coming soon  
**MASTERCLASS**
- 16.00** **Bungee Workout**  
**MASTERCLASS**
- 17.00** **TRX® Polska**  
**TRX RIP TRAINER „MOVEMENTS OF ALL FIGHTERS”**  
Dawid Fajer
- 18.00** **TRX® Polska**  
**TRX KETTLEBELL IRON CIRCUIT CONDITIONING**  
Marek Mroczek
- 19.00** **Bungee Workout**  
**MASTERCLASS**

- 12.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 13.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 14.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 15.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 16.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 17.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART MEDICAL & RECOVERY**  
Marta Tymoszewicz-Bednarz
- 18.00**    **Open Mind**  
**OM THERAPY ZDROWY KRĘGOSŁUP**  
Katarzyna Twardzik
- 19.00**    **Euro Fitness School**  
**HISTORIA DEEPWORK®**  
Jannie Lindeque

- 12.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 13.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 14.00**    **Euro Fitness School**  
**DEEPWORK® INTRO**  
EFS team
- 15.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 16.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART STRUCTURE**  
Przemek Widyna
- 17.00**    **Fitness University**  
**PILATES & GYM BALL**  
Monika Bukowska + Kinga Ćwigoń i Ola Chudzyńska
- 18.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 19.00**    **Piloxing**  
**PILOXING SSP**

- 12.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 13.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 14.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 15.00**    **Open Mind**  
**OM THERAPY PILATES**  
Renata Rakoczy
- 16.00**    **Profi Fitness School**  
**PILATES FLOW**  
Magdalena Węcłowicz, Jakub Zembaty
- 17.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 18.00**    **Fitness University**  
**HEALTHY SPINE ROLLER**  
Magdalena Krzyżanowska
- 19.00**    **IFAA Polska**  
**ZAPOBIEGANIE UPADKOM**  
Monika Domagała

- 12.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**
- 13.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**
- 14.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**
- 15.00**    **World Trainers Academy**  
**TRENING MIĘŚNI BRZUCHA**  
Michał Gądek
- 16.00**    **Profi Fitness School**  
**STABILIZACJA BARKÓW**  
Łukasz Raróg
- 17.00**    **World Trainers Academy**  
**KOD KOLORÓW**  
Paweł Augustyn
- 18.00**    **Profi Fitness School**  
**MOBILITY, CO TO TAKIEGO**  
Bartosz Szostak
- 19.00**    **World Trainers Academy**  
**WYKŁAD**

- 12.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 13.00**    **Profi Fitness School**  
**POWER FRIDAY PROFI TEAM**  
Sylwia Heresztyn, Iwona Struzik, Izabela Ślęzak-Walczybok, Adam Ptak,  
Kamil Talarczyk, Alicja Sieracka
- 14.00**    **Blackroll Polska**  
**WORKOUT**  
Filip Żołądek
- 15.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 16.00**    **Open Mind**  
**FUNCTIONAL FLOOR BALANCE**  
Marta Gorąca
- 17.00**    **Euro Fitness School**  
**STEP AWARE**  
Szymon Markowski
- 18.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BAX**  
Przemek Widyna
- 19.00**    **JUMPiT**  
**MASTERCLASS**

- 10.00**     **JUMPIt**  
**MASTERCLASS**
- 11.00**     **IFAA Polska**  
**PERFORMANCE TRAINER**  
Jutta Schuhn
- 12.00**     **oficjalne otwarcie: sala ziemi**
- 13.00**     **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART OVOBALL**  
Janni Giannikakis
- 14.00**     **Fitness University**  
**REP TRAINING**  
Angelika Jeżewska, Anna Wojcieszek, Piotr Kaczmarek
- 15.00**     **Profi Fitness School**  
**TRAINING R-EVOLUTION**  
Lorenzo Sommo
- 16.00**     **Open Mind**  
**OM FUNCTIONAL STEP**  
Marta Gorąca
- 17.00**     **Les Mills**  
**BODYCOMBAT**  
Szymon Wesołowski
- 18.00**     **Euro Fitness School**  
**POWER BARBELL**  
Jannie Lindeque



- 9.00 TRX® Polska**  
**TRX BOOT CAMP**  
Dawid Fajer
- 10.00 Bungee Workout**  
**MASTERCLASS**
- 11.00 Kamagon Ball Polska**  
**MASTERCLASS**  
Celina Kontek
- 12.00 oficjalne otwarcie:** sala ziemi
- 13.00 Profi Fitness School**  
**MASTERCLASS**
- 14.00 Bungee Workout**  
**MASTERCLASS**
- 15.00 Open Mind**  
**OM INTERVAL CORE**  
Agnieszka Mroczek
- 16.00 Profi Fitness School**  
**PRZYGOTOWANIE MOTORYCZNE**  
Łukasz Raróg
- 17.00 TRX® Polska**  
**TRX SOFT BALL**  
Gosia Klimkiewicz
- 18.00 TRX® Polska**  
**TRX ATHLETES PERFORMANCE. NOWA ERA**  
**SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ** Dawid Fajer

- 9.00**     **IFAA Polska**  
**CROSS SHAPE**  
Jutta Schuhn
- 10.00**    **Piloxing**  
**PILOXING SSP**
- 11.00**    **World Trainers Academy**  
**WŁÓKNA WOLNO I SZYBKO KURCZLIWE**  
**CZYLI JAK OPTYMALNIE UKŁADAĆ TRENING**  
Michał Gądek
- 12.00**    **oficjalne otwarcie: sala ziemi**
- 13.00**    **Euro Fitness School**  
**DEEPWORK® BASIC**  
Jannie Lindeque
- 14.00**    **Open Mind**  
**OM FUNCTIONAL FLOOR**  
**MEDICINE BALL**  
Marta Gorąca
- 16.00**    **Profi Fitness School**  
**OD DESKI DO DESKI**  
Mateusz Górnik
- 17.00**    **IFAA Polska**  
**SPEEDBALL**  
Ola Ciechalska, Paweł Brejnak
- 18.00**    **Fitness School TV**  
**DANCE & STYLE**  
Anna Horobiowska, Sebastian Piątek

- 9.00**     **Open Mind**  
**OM FLOW MOVES**  
Kamila Górecka
- 10.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART – YIN & YANG HOLISTIC TRAINING**  
Marta Tymoszewicz-Bednarz
- 11.00**    **Les Mills**  
**GRIT CARDIO**  
Szymon Wesołowski
- 12.00**    **oficjalne otwarcie: sala ziemi**
- 13.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**
- 14.00**    **Profi Fitness School**  
**NATURAL MOVEMENTS**  
Lorenzo Sommo
- 15.00**    **Euro Fitness School**  
**DEEPWORK® COMBINATIONS**  
Jannie Lindeque
- 16.00**    **Piloxing**  
**PILOXING KNOCKOUT**
- 17.00**    **Fitness School TV**  
**FACTS**  
Paweł Oracz
- 18.00**    **Fitness University**  
**STRETCH FUSION**  
Alessandro Oliveri

**9.00 Fitness University**

**FLOW MOTION**

Aneta Ostrówka

**10.00 Open Mind**

**OM PILATES FLOW SPIRAL**

Aneta Figurska

**11.00 Open Mind**

**OM STRETCHING**

Izabela Stasikowska

**12.00 oficjalne otwarcie: sala ziemi**

**13.00 coming soon**

**MASTERCLASS**

**14.00 Profi Fitness School**

**STRETCHING FLOW**

Adam Ptak

**15.00 Open Mind**

**OM PILATES REFORMER NA MACIE**

Aneta Figurska

**16.00 coming soon**

**MASTERCLASS**

**17.00 coming soon**

**MASTERCLASS**

**18.00 IFAA Polska**

**YIN YOGA**

Magdalena Prieditis

**9.00**     **Profi Fitness School**  
**NEGOCJACJE SPRZEDAŻY**  
Mateusz Górnik

**10.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**

**11.00**    **Profi Fitness School**  
**DIAGNOSTYKA FUNKCJONALNA**  
Jakub Zembaty

**12.00**    **oficjalne otwarcie: sala ziemi**

**13.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**

**14.00**    **Jasna Strona Mocy**  
**DIETA ROŚLINNA W SPORTACH KONDYCYJNYCH**  
Dorota Szostak

**15.00**    **Jasna Strona Mocy**  
**BUDOWANIE MASY MIĘŚNIOWEJ  
NA DIECIE ROŚLINNEJ**  
Damian Parol

**16.00**    **Profi Fitness School**  
**PO PORODZIE**  
Izabela Ślęzak-Walczybok

**17.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**

**18.00**    **coming soon**  
**WYKŁAD**

**9.00**     **Kangoo Jumps**  
KANGOO POWER

**10.00**    **IFAA Polska**  
ENERGY STEP  
IFAA Team

**11.00**    **Profi Fitness School**  
YAM'IM DANCE  
Yamine Saoudi

**12.00**    **oficjalne otwarcie**

**13.00**    **Fitness School TV**  
GENTLEMAN STEP  
Guillaume Wies, Roman Ondrášek, Sebastian Piątek, Paweł Oracz

**14.00**    **Les Mills**  
BODYATTACK  
Katerina Kulstrunk

**15.00**    **Fitness University**  
FUNCTIONAL STEP  
Alessandro Oliveri

**16.00**    **coming soon**  
MASTERCLASS

**17.00**    **Piloxing**  
PILOXING SSP

**18.00**    **BLACKROLL Polska**  
ROLOWANIE Z BLACKROLL®  
Barbara Głocka

**9.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**

**10.00**    **Profi Fitness School**  
**YAM'IM STEP**  
Yamine Saoudi

**11.00**    **Open Mind**  
**OM POWERGYM**  
Gosia Klimkiewicz

**12.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**

**13.00**    **Profi Fitness School**  
**PUMP & TONE**  
Adam Ptak, Izabela Ślęzak-Walczybok

**14.00**    **Kangoo Jumps**  
**KANGOO DANCE**

**15.00**    **oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników:**  
**sala ziemi**

- 9.00**    **TRX® Polska**  
**TRX STRONG**  
Gosia Klimkiewicz
- 10.00**    **Bungee Workout**  
**MASTERCLASS**
- 11.00**    **TRX® Polska**  
**TRX EXPLOSIVE POWER**  
Marek Mroczek
- 12.00**    **Kamagon Ball Polska**  
**MASTERCLASS**  
Celina Kontek
- 13.00**    **TRX® Polska**  
**TRX FLOW**  
Gosia Klimkiewicz
- 14.00**    **Bungee Workout**  
**MASTERCLASS**
- 15.00**    **oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników:**  
**sala ziemi**



- 9.00**     **Fitness School TV**  
CASTING
- 10.00**    **Fitness School TV**  
CASTING
- 11.00**    **Open Mind**  
OM PILATES BALANCE Z BOSU I ROLLEREM  
Karolina Martin
- 12.00**    **IFAA Polska**  
AFRO MENTAL FIT  
Magdalena Prieditis
- 13.00**    **coming soon**  
MASTERCLASS
- 14.00**    **Piloxing**  
PILOXING KNOCKOUT
- 15.00**    **oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników:**  
sala ziemi

- 9.00**     **Fitness University**  
**BALANCE TRAINING**  
Patryk Tomaszewski
- 10.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART FLOW YOUR ENERGY**  
Marta Tymoszewicz-Bednarz
- 11.00**    **IFAA Polska**  
**WZMACNIANIE POWIĘZIOWE**  
Elżbieta Furman
- 12.00**    **Open Mind**  
**MAMA PLUS**  
Monika Konieczna
- 13.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BAX**  
Karol Abramek + Basia Remberger i Ola Chudzyńska
- 14.00**    **Les Mills**  
**BODYBALANCE**  
Natalia Litwiniuk
- 15.00**    **oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników:**  
**sala ziemi**

**9.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**

**10.00**    **Open Mind**  
**OM BEAUTY AND INTELLIGENT**  
Izabela Stasikowska

**11.00**    **Fitness University**  
**AKTYWNY SENIOR**  
dr Bartłomiej Krynicki

**12.00**    **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART BEST AGE**  
Marta Tymoszewicz-Bednarz

**13.00**    **coming soon**  
**MASTERCLASS**

**14.00**    **IFAA Polska**  
**VINYASA YOGA**  
Magdalena Prieditis

**15.00**    **oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników:**  
**sala ziemi**

**9.00 Fitness University**

**SENIOR**

dr Bartłomiej Krynicki

**10.00 Open Mind**

**WYKŁAD**

Agata Litwińska

**11.00 World Trainers Academy**

**POWIĘŻ**

Dr Marcin Popieluch

**12.00 Jasna Strona Mocy**

**PANEL DYSKUSYJNY: DIETA ROŚLINNA  
(WEGAŃSKA I WEGETARIAŃSKA) W SPORCIE**

Dariusz Rożnowski, Wojciech Enyama, Szymon Urban, Agata Perenc,  
Katarzyna Dąbek, Aleksandra Malinowska

**13.00 coming soon**

**WYKŁAD**

**14.00 World Trainers Academy**

**DIAGNOSTYKA**

Dr Marcin Popieluch

**15.00 oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników:  
sala ziemi**

**9.00**     **Polska Szkoła bodyART**  
**BODYART MYOFASCIAL & MOBILITY**  
Janni Giannikakis

**10.00**    **Les Mills**  
**SH' BAM**  
Natalia Litwiniuk

**11.00**    **Fitness School TV**  
**DANCE PARTY MIX - CASTING FINAL**

**12.00**    **SPECIAL BLOCK**

**13.00**  
**14.00**    **EU4YA**  
BY **tiguar**

**15.00**    **oficjalne zakończenie i ogłoszenie wyników**

- 12.00 Blackroll Polska**  
**POWIĘŻ OD PODSZEWKI. CO TRENER POWINIEN WIEDZIEĆ?**  
Michał Dachowski
- 13.00 Blackroll Polska**  
**KONSEKWENCJE UNIERUCHOMIENIA W URAZACH SPORTOWYCH**  
Jakub Nowosad
- 15.00 Blackroll Polska**  
**ROLOWANIE UKIERUNKOWANE NA CEL.**  
Michał Dachowski
- 16.00 Blackroll Polska**  
**RYTM DOBOWY ORGANIZMU A TRENING.**  
Tomasz Rafalski
- 17.00 Blackroll Polska**  
**WCZESNE POSTĘPOWANIE W URAZACH SPORTOWYCH.**  
Jakub Nowosad
- 18.00 Blackroll Polska**  
**RYTM DOBOWY A TRENING.**  
Tomasz Rafalski
- 19.00 Blackroll Polska**  
**TAŚMY MIĘŚNIOWO-POWIĘZIOWE W TRENINGU.**  
Filip Żołądek