



R C F P C R O S S F I T P O Z N A Ń

START: 19 CZERWCA

ON RAMP

GODZINA: 17:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Rozpoczęcie (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 19.06 17:00-18:00	TRENING 20.06 17:00-18:00		TRENING 22.06 17:00-18:00	
TRENING 26.06 17:00-18:00	TRENING 27.06 17:00-18:00		TRENING 29.06 17:00-18:00	
TRENING 3.07 17:00-18:00	TRENING 4.07 17:00-18:00		TRENING 6.07 17:00-18:00	
TRENING WOD 10.07 17:00-18:00	TRENING WOD 11.07 17:00-18:00		TRENING WOD (zakończenie) 13.07 17:00-18:00	