



**R C F P C R O S S F I T P O Z N A Ń**

**START: 5 CZERWCA ON RAMP**

**GODZINA: 19:00**

## HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Rozpoczęcie (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 5.06 19:00-20:00		TRENING 7.06 19:00-20:00		
TRENING 12.06 19:00-20:00		TRENING 14.06 19:00-20:00	TRENING 15.06 19:00-20:00	
TRENING 19.06 19:00-20:00		TRENING 21.06 19:00-20:00	TRENING 22.06 19:00-20:00	
TRENING 26.06 19:00-20:00		TRENING WOD 28.06 19:00-20:00	TRENING WOD 29.06 19:00-20:00	
TRENING WOD (zakończenie) 3.07 19:00-20:00				