



R C F P C R O S S F I T P O Z N A Ń

START: 19 LUTEGO ON RAMP

GODZINA: 18:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Rozpoczęcie (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 19.02 18:00-19:00		TRENING 21.02 18:00-19:00		TRENING 23.02 18:00-19:00
TRENING 26.02 18:00-19:00		TRENING 28.02 18:00-19:00		TRENING 01.03 18:00-19:00
TRENING 04.03 18:00-19:00		TRENING 06.03 18:00-19:00		TRENING 08.03 18:00-19:00
TRENING WOD 11.03 18:00-19:00		TRENING 13.03 18:00-19:00		TRENING WOD (zakończenie) 15.03 18:00-19:00