



R C F P C R O S S F I T P O Z N A Ń

START: 5 SIERPNIA ON RAMP

GODZINA: 20:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Rozpoczęcie (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 05.08 20:00-21:00	TRENING 06.08 20:00-21:00		TRENING 08.08 20:00-21:00	
TRENING 12.08 20:00-21:00	TRENING 13.08 20:00-21:00		TRENING 15.08 20:00-21:00	
TRENING 19.08 20:00-21:00	TRENING 20.08 20:00-21:00		TRENING 22.08 20:00-21:00	
TRENING 26.08 20:00-21:00	TRENING 27.08 20:00-21:00		TRENING WOD (zakończenie) 29.08 20:00-21:00	