

CrossFit®

POZNAŃ

START KURSU ON RAMP: 16 LUTY

GODZINA: 19:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
ROZPOCZĘCIE (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 16.02 19:00-20:00		TRENING 18.02 19:00-20:00	TRENING 19.02 19:00-20:00	
TRENING 23.02 19:00-20:00		TRENING 25.02 19:00-20:00	TRENING 26.02 19:00-20:00	
TRENING 02.03 19:00-20:00		TRENING 04.03 19:00-20:00	TRENING 05.03 19:00-20:00	
TRENING 09.03 19:00-20:00		TRENING 11.03 19:00-20:00	TRENING WOD (zakończenie) 12.03 19:00-20:00	