

CrossFit®

POZNAŃ

START KURSU ON RAMP: 2 LUTY

GODZINA: 20:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
ROZPOCZĘCIE (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 02.02 20:00-21:00	TRENING 03.02 20:00-21:00		TRENING 04.02 20:00-21:00	
TRENING 09.02 20:00-21:00	TRENING 10.02 20:00-21:00		TRENING 12.02 20:00-21:00	
TRENING 16.02 20:00-21:00	TRENING 17.02 20:00-21:00		TRENING 19.02 20:00-21:00	
TRENING 23.02 20:00-21:00	TRENING 24.02 20:00-21:00		TRENING WOD (zakończenie) 26.02 20:00-21:00	