

CrossFit®

POZNAŃ

START KURSU ON RAMP: 9 LUTY

GODZINA: 17:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
ROZPOCZĘCIE (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 09.02 9:00-10:00		TRENING 11.02 9:00-10:00	TRENING 12.02 9:00-10:00	
TRENING 16.02 9:00-10:00		TRENING 18.02 9:00-10:00	TRENING 19.02 9:00-10:00	
TRENING 23.02 9:00-10:00		TRENING 25.02 9:00-10:00	TRENING 26.02 9:00-10:00	
TRENING 02.03 9:00-10:00		TRENING 04.03 9:00-10:00	TRENING WOD (zakończenie) 05.03 9:00-10:00	