

CrossFit®

POZNAŃ

START KURSU ON RAMP: 2 LISTOPADA
GODZINA: 20:00

HARMONOGRAM ZAJĘĆ

PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
ROZPOCZĘCIE (wykład wprowadzający, test sprawnościowy) 02.11 20:00-21:00	TRENING 03.11 20:00-21:00		TRENING 05.11 20:00-21:00	
TRENING 09.11 20:00-21:00	TRENING 10.11 20:00-21:00		TRENING 12.11 20:00-21:00	
TRENING 16.11 20:00-21:00	TRENING 17.11 20:00-21:00		TRENING 19.11 20:00-21:00	
TRENING 23.11 20:00-21:00	TRENING 24.11 20:00-21:00		TRENING WOD (zakończenie) 26.11 20:00-21:00	

