

Grzegorz

KALISTENIKA / TRX / TRENING WYDOLNOŚCIOWY

PNIEDZIAŁEK	CZWARTEK
* 18⁰⁰ - 19⁰⁰ KALISTENIKA	18⁰⁰ - 19⁰⁰ TRX / WYDOLNOŚCIOWY
19⁰⁰ - 20⁰⁰ TRX	19⁰⁰ - 20⁰⁰ KALISTENIKA
20⁰⁰ - 21⁰⁰ KALISTENIKA	20⁰⁰ - 21⁰⁰ TRX / WYDOLNOŚCIOWY
21⁰⁰ - 22⁰⁰ TRX	21⁰⁰ - 22⁰⁰ KALISTENIKA

* Dwugodzinne bloki zajęć, bez możliwości zapisania się tylko na drugie zajęcia danego bloku

Wojtek

DWUBÓJ OLIMPIJSKI

ŚRODA
18⁰⁰ - 19⁰⁰
PIĄTEK
18⁰⁰ - 19⁰⁰

Wojtek

U ROCK CROSS (PRZEKROJOWY)

PNIEDZIAŁEK
18⁰⁰ - 19⁰⁰
PIĄTEK
19⁰⁰ - 20⁰⁰

Martyna

JOGA

WTOREK
20⁰⁰ - 21⁰⁰
CZWARTEK
17⁰⁰ - 18⁰⁰

Natalia

KETTLEBELLS

WTOREK
19⁰⁰ - 20⁰⁰
CZWARTEK
19⁰⁰ - 20⁰⁰

Natalia

TRENING OBWODOWY

ŚRODA
19⁰⁰ - 20⁰⁰

Natalia

FLEXIBLE STEEL

ŚRODA
20⁰⁰ - 21⁰⁰

Sebastian

POWERLIFTING (TRÓJBÓJ)

WTOREK
17¹⁵ - 18⁴⁵
SOBOTA
11¹⁵ - 12⁴⁵

Ania

U ROCK MACHO

PNIEDZIAŁEK
19⁰⁰ - 20⁰⁰

