2023/2024

	pon					wt					śr					czw					pt					sobota sp 307				
06:00	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	7:00 -7:30	Masters	Masters	11	11
07:30	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	12	12	10	10	11	7:30 -8:00	Masters	Masters	11	11
																										8:00-8:30	Masters	Masters	11	11
14;30-15	17	17	13	13	13	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	NAB A	NAB A	NAB A	NAB A	NAB A	13	13	13	17	17	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	8:30-9:00	Masters	Masters	DOSK	DOSK
15-15;30	17	17	13	13	13	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	NAB A	NAB A	NAB A	NAB A	NAB A	13	13	13	17	17	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	NAB B	9:00-9:30	Masters	Masters	DOSK	DOSK
15;30-16	14	14	14	NAB A	NAB A	DOSK	DOSK	13	13	13	DOSK	DOSK	11	15	15	15 B	15 B	14	14	14	13	13	14	14	14		Sobota			
16-16;30	14	14	14	NAB A	NAB A	DOSK	DOSK	13	13	13	DOSK	DOSK	11	15	15	15 B	15 B	14	14	14	13	13	14	14	14		Warszawianka 7:00-9:00			
16;30-17	15	15		10	10	14	14	14	15 B	15 B	13	13		10	10	NAB C	NAB C		15	15	NAB C	NAB C		15 B	15 B		10			
17-17;30	15	15		10	10	14	14	14	15 B	15 B	13	13		10	10	NAB C	NAB C		15	15	NAB C	NAB C		15 B	15 B		10			
17;30-18				10	10	NAB C	NAB C							10	10															
18-18;30						NAB C	NAB C																							
18;30-19																														
19-19;30																														

Nabór C		Trener Artur		Ląd			
Nabór B	1 a,c	Trener Dawid		15:30-16:30	12	11	sala
Nabór A	1 b,d	Trener Artur		17:30-19:00	10	siłownia	
Grupa 2017		Trener Krzysztof					
Grupa 2015		Trener Krzysztof					
Grupa 2015 B		Trener Krzysztof					
grupa 2014		Trener Dawid					
Grupa 2013		Trener Artur					
Grupa 2012		Trener Krzysztof					
Grupa 2011		trener Dawid					
Grupa 2010		Trener Dawid					
DOSKONALENIE		Trener Dawid/Artur					
Masters		trener Artur					

Ląd							
14:30-15:30	11	siłownia					

15:30-16:30		12	11	sala			
Crossfit 16:00-17:00		10					