



28 Sie 2013 godz. 19:17 napisał BR

Zaczynamy Trenować w Nowym Sezonie!!!



Startujemy treningami w nowym sezonie 2013/14! Dojo Dsikowa

11 - 4 września środa - 17:00 wszystkie grupy junior, godzina 18:30 - wszystkie grupy generalne. SP-3 ul. Legionów 210 - 6 września piątek godzina 18:00 - wszystkie grupy junior. Chełmża gr. kick-boxing 10.09 godz. 19:00. Zajęcia w pierwszych tygodniach września - czytaj dalej

Treningi w Dojo w pierwszym tygodniu września:

TYDZIEŃ PIERWSZY

4.09 - środa:

17:00 - wszystkie grupy junior ćwiczące w dojo - trening ogólny

18:30 - wszystkie grupy generalne ćwiczące w dojo - trening ogólny

5.09 - czwartek:

18:00 - grupa junior 2 - sensei A. Poczwardowski

6.09 - piątek:

18:00 - grupa generalna - sensei A. Wilento

TYDZIEŃ DRUGI

9.09 - poniedziałek sensei A. Wilento:

17:00 - grupa junior 1, 18:00 - grupa generalna, 19:30 - generalna zaawansowana

10.09 - wtorek:

17:00 - grupa junior początkująca, 18:00 - grupa junior 2 - sensei

A. Poczwardowski

19:00 - grupa początkująca - sensei D. Jędryka

11.09 - środa sensei A. Wilento:

17:00 - grupa junior 1, 18:00 - grupa generalna, 19:30 - grupa kumite



12.09 - czwartek:

17:00 - grupa junior początkująca, 18:00 - grupa junior 2 - sensei A.Poczwardowski

19:00 - grupa początkująca - sensei D.Jedryka

14.09 - sobota sensei D.Jedryka

12:00 - cross trening

