

PONIEDZIAŁEK						WTOREK					
TATAMI A		TATAMI B		CROSS GYM		TATAMI A		TATAMI B		CROSS GYM	
godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA
										08:30 - 09:30	IPPON CROSS TRAINING
16:30 - 17:00	A0 Karate Kids 3-4 latki					16:30 - 17:30	B1 Karate średnio zawansowani młodszy				
17:00 - 18:00	B2 Karate średnio zawansowani starsi	17:30 - 18:30	B4 Karate średnio zawansowani			17:30 - 18:30	A1 Karate początkujący 5-7 lat			17:30 - 18:30	IPPON CROSS TRAINING POCZĄT KUJĄCY
18:00 - 19:00	C1 Karate zaawansowani młodszy					18:30 - 19:30	A2 Karate początkujący 7- 12 lat	18:30 - 19:30	C3 Karate zaawansowani	18:30 - 19:30	IPPON CROSS TRAINING 3
19:00 - 20:00	C2 Karate zaawansowani starsi			19:00 - 20:00	IPPON CROSS TRAINING 1						
20:15 - 21:45	D2 Karate dorośli do 6 kyu	20:00 - 21:30	D4 Karate ZAWODNICZY	20:00 - 21:00	IPPON CROSS TRAINING 2	20:15 - 21:45	D3 Karate dorośli od 5 kyu			19:30 - 21:00	D4 ZAWODNICZY TRENING MOTORYCZNY

ŚRODA						CZWARTEK					
TATAMI A		TATAMI B		CROSS GYM		TATAMI A		TATAMI B		CROSS GYM	
godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA
										08:30 - 09:30	IPPON CROSS TRAINING
16:30 17:00	A0 Karate Kids 3-4 latki					16:30 - 17:30	B1 Karate średnio zawansowani młodszy				
17:00 - 18:00	B2 Karate średnio zawansowani starsi	17:30 - 18:30	B4 Karate średnio zawansowani			17:30 - 18:30	A1 Karate początkujący 5-7 lat			17:30 - 18:30	IPPON CROSS TRAINING POCZĄT KUJĄCY
18:00 - 19:00	C1 Karate zaawansowani młodszy	18:30 - 20:00	D1 Karate dorośli początkujący	19:00 - 20:00	IPPON CROSS TRAINING 1	18:30 - 19:30	A2 Karate początkujący 7- 12 lat	18:30 - 19:30	C3 Karate zaawansowani	18:30 - 19:30	IPPON CROSS TRAINING 3
19:00 - 20:00	C2 Karate zaawansowani starsi										
19:30 - 21:00	D4 Karate ZAWODNICZY	20:15 - 21:45	D2 Karate dorośli do 6 kyu	20:00 - 21:00	IPPON CROSS TRAINING 2	20:15 - 21:45	D3 Karate dorośli od 5 kyu	19:30 - 21:30	D4 Karate ZAWODNICZY		

PIĄTEK				SOBOTA							
TATAMI A		TATAMI B		CROSS GYM		TATAMI A		TATAMI B		CROSS GYM	
godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA	godz.	GRUPA
				08:30 - 09:30	<b>IPPON CROSS TRAINING</b>						
						09:00 - 10:00	<b>C2 TRENING KUMITE</b>	09:00 - 10:00	<b>D2, D3, D4 TRENING KATA</b>		
						10:00 - 11:00	<b>C2 TRENING KUMITE</b>	10:00 - 11:00	<b>C1 TRENING KATA</b>	10:00 - 10:30	<b>D2, D3 KONSULTACJE KATA</b>
										10:30 - 11:00	<b>D2, D3 ROZGRZEWKA KUMITE</b>
						11:00 - 12:00	<b>D2, D3, D4 TRENING KUMITE</b>	11:00 - 12:00	<b>C1 TRENING KUMITE</b>		
				17:00 - 18:00	<b>IPPON CROSS JUNIOR 11-15 lat</b>					12:30 - 13:30	<b>IPPON CROSS KIDS 7-10 lat</b>
						13:30 - 14:30	<b>AKRO BATYKA 5-10 lat</b>				
						14:30 - 15:30	<b>AKRO BATYKA +10 lat</b>				
18:30 - 20:00	<b>D1 Karate dorośli początkujący</b>			19:00 - 20:00	<b>D4 ZAWODNICY TRENING MOTORYCZNY</b>						
				20:00 - 21:00	<b>IPPON CROSS TRAINING 1,2,3</b>						