

GRAFIK IKA POLAND

Poniedziałek

SHARK GROUP
17.00-17.45
gr. Początkująca mix
sala górna

LIZARD GROUP
17.45-18.30
gr. Początkująca mix
sala górna

TRENING PERSONALNY
19.00-20.00
BOKS
sala górna

TRENING PERSONALNY
20.00-21.00
CROSS IKA
sala górna

Wtorek

PANDA GROUP
17.00-17.45
gr. Początkująca młodsza
sala górna

LION GROUP
17.45-18.30
gr. Początkująca młodsza
kontynuująca
sala górna

EAGLE GROUP
18.30-19.15
gr. Średnia młodsza
sala górna

ADVANCED 1 GROUP
19.15-20.05
gr. Zaawansowana
młodzież
sala górna

ADULTS GROUP
20.15-21.15
gr. Zaawansowana
dorośli
sala górna

Środa

DRAGON GROUP
17.00-17.45
gr. Początkująca starsza
sala górna

TIGER GROUP
17.45-18.30
gr. Początkująca
kontynuująca
sala górna

BEAR GROUP
17.45-18.30
gr. Średnia
sala dolna

SNAKE GROUP
18.30-19.15
gr. Średnia starsza
sala górna

SNAKE II GROUP
18.30-19.15
gr. Średnia starsza
sala dolna

ADVANCED 2 GROUP
19.15-20.05
gr. Zaawansowana
młodzież
sala górna

**BOXING. WOMENS SELF-
DEFENSE GROUP**
20.15-21.15
sala górna

Czwartek

PANDA GROUP
17.00-17.45
gr. Początkująca młodsza
sala górna

LION GROUP
17.45-18.30
gr. Początkująca młodsza
kontynuująca
sala górna

EAGLE GROUP
18.30-19.15
gr. Średnia młodsza
sala górna

ADVANCED 1 GROUP
19.15-20.05
gr. Zaawansowana
młodzież
sala górna

ADULTS GROUP
20.15-21.15
gr. Zaawansowana
dorośli
sala górna

Piątek

DRAGON GROUP
17.00-17.45
gr. Początkująca starsza
sala górna

TIGER GROUP
17.45-18.30
gr. Początkująca
kontynuująca
sala górna

BEAR GROUP
17.45-18.30
gr. Średnia
sala dolna

SNAKE GROUP
18.30-19.15
gr. Średnia starsza
sala górna

SNAKE II GROUP
18.30-19.15
gr. Średnia starsza
sala dolna

ADVANCED 2 GROUP
19.15-20.05
gr. Zaawansowana młodzież
sala górna

Sobota

ADULTS GROUP
8.00-9.30
gr. Zaawansowana
dorośli
sala górna

SHARK GROUP
10.00-10.45
gr. Początkująca mix
sala górna

LIZARD GROUP
11.00-11.45
gr. Początkująca mix
sala górna

KATA GROUP
12.00-11.00
gr. Początkująca mix
sala górna i sala dolna

TRENING PERSONALNY
13.00-14.00
Karate
sala dolna

TRENING PERSONALNY
14.00-15.00
sala dolna

Niedziela

Trening indywidualny
11.00-12.00
sala górna

CROSS IKA
12.00-13.00
gr. mix
sala górna

