

RUNMAGEDDON

SILA I CHARAKTER

KALENDARZ 2019

RUNMAGEDDON

01

STY

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
31 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	1 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	3 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	4 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	5 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	6 WRESTDAY
7 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	8 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	9 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	10 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	11 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	12 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	13 WRESTDAY
14 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	15 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	16 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	17 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	18 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	19 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	20 WRESTDAY
21 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	22 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	23 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	24 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	25 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	26 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	27 WRESTDAY
28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	29 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	30 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	31 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	1 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	3 WRESTDAY

RUNMAGEDDON

02

LUT

2019



poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	29 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	30 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	31 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	1 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	3 WRESTDAY
4 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	5 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	6 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	7 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	8 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	9 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	10 WRESTDAY
11 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	12 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	13 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	14 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	15 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	16 RUNMAGEDDON WARSZAWA	17
18 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	19 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	20 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	21 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	22 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	23 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	24 WRESTDAY
25 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	26 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	27 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	1 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	3 WRESTDAY

03

MAR

2019



poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
25 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	26 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	27 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	1 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	3 WOLNY DZIEŃ
4 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	5 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	6 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	7 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	8 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	9 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	10 WOLNY DZIEŃ
11 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	RUNMAGEDDON SAHARA MAROKO					17
18 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	19 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	20 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	21 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	22 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	23 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	24 WOLNY DZIEŃ
25 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	26 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	27 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	29 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	30 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	31 WOLNY DZIEŃ

04

KWI

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
1 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	2 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	3 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	4 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	5 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	6 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	7 WYDZIAŁ
8 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	9 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	10 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	11 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	12 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	13-14 RUNMAGEDDON DOLNY ŚLĄSK	
15 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	16 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	17 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	18 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	19 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	20 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	21 WYDZIAŁ
22 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	23 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	24 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	25 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	26 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	27 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	28 WYDZIAŁ
29 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	30 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	1 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	2 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	3 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	4 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	5 WYDZIAŁ

05

MAJ

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
29	30	1	2	3	4	5
TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	FESTIWAL RUNMAGEDDON D.K.			TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	WRESTDAY
6	7	8	9	10	11	12
TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	RUNMAGEDDON MAŁOPOLSKA	
13	14	15	16	17	18	19
TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	WRESTDAY
20	21	22	23	24	25	26
TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	RUNMAGEDDON MAZOWSZE	
27	28	29	30	31	1	2
TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	TRENING <small>10:00-11:00</small> ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	WRESTDAY

06

CZE

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
27 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	28 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	29 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	30 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	31 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	1 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	2 WRETOUR
3 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	4 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	5 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	6 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	7 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	8-9 RUNMAGEDDON TRÓJMIĘSTO	
10 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	11 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	12 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	13 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	14 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	15 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	16 WRETOUR
17 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	18 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	19 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	20 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	21 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	22-23 RUNMAGEDDON WIELKOPOLSKA	
24 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	25 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	26 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	27 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	28 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	29 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	30 WRETOUR



07

LIP

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	nieдіela
1 TRENING Y T S W B A C D	2 TRENING Y T S W B A C D	3 TRENING Y T S W B A C D	4 TRENING Y T S W B A C D	5 TRENING Y T S W B A C D	6 TRENING Y T S W B A C D	7 FRESDAY
8 TRENING Y T S W B A C D	9 TRENING Y T S W B A C D	10 TRENING Y T S W B A C D	11 TRENING Y T S W B A C D	12 TRENING Y T S W B A C D	13 TRENING Y T S W B A C D	14 FRESDAY
15 TRENING Y T S W B A C D	16 TRENING Y T S W B A C D	17 TRENING Y T S W B A C D	18 TRENING Y T S W B A C D	19 TRENING Y T S W B A C D	20 TRENING Y T S W B A C D	21 FRESDAY
22 TRENING Y T S W B A C D	23 TRENING Y T S W B A C D	24 TRENING Y T S W B A C D	25 TRENING Y T S W B A C D	26 TRENING Y T S W B A C D	27 TRENING Y T S W B A C D	28 FRESDAY
29 TRENING Y T S W B A C D	30 TRENING Y T S W B A C D	31 TRENING Y T S W B A C D	1 TRENING Y T S W B A C D	2 TRENING Y T S W B A C D	3 TRENING Y T S W B A C D	4 FRESDAY

08

SIE

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
29 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	30 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	31 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	1 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	3 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	4 FREEDAY
5 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	6 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	7 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	8 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	9 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	10 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	11 FREEDAY
12 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	13 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	14 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	15 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	16 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	17 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	18 FREEDAY
19 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	20 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	21 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	22 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	23 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	24 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	25 FREEDAY
26 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	27 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	29 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	30 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	31 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑ 🏃 🏊 🚴 🚶 🏹	1 FREEDAY

09

WRZ

2019



poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
26 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	27 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	28 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	29 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	30 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	31 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	1 RESTDAY
2 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	3 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	4 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	5 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	6 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	7 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	8 RESTDAY
9 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	10 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	11 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	12 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	13 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	14 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	15 RESTDAY
16 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	17 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	18 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	19 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	20 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	21 TRENING ☑ ☑ ☑ ☑ ☑	22 RESTDAY
23/30 RESTDAY	24	25	26	27	28	29

RUNMAGEDDON KAUKAZ

11

LIS

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
28 TRENING Y S A B B A C D	29 TRENING Y S A B B A C D	30 TRENING Y S A B B A C D	31 TRENING Y S A B B A C D	1 TRENING Y S A B B A C D	2 TRENING Y S A B B A C D	3 #RESTDAY
4 TRENING Y S A B B A C D	5 TRENING Y S A B B A C D	6 TRENING Y S A B B A C D	7 TRENING Y S A B B A C D	8 TRENING Y S A B B A C D	9 TRENING Y S A B B A C D	10 #RESTDAY
11 TRENING Y S A B B A C D	12 TRENING Y S A B B A C D	13 TRENING Y S A B B A C D	14 TRENING Y S A B B A C D	15 TRENING Y S A B B A C D	16 TRENING Y S A B B A C D	17 #RESTDAY
18 TRENING Y S A B B A C D	19 TRENING Y S A B B A C D	20 TRENING Y S A B B A C D	21 TRENING Y S A B B A C D	22 TRENING Y S A B B A C D	23 TRENING Y S A B B A C D	24 #RESTDAY
25 TRENING Y S A B B A C D	26 TRENING Y S A B B A C D	27 TRENING Y S A B B A C D	28 TRENING Y S A B B A C D	29 TRENING Y S A B B A C D	30 TRENING Y S A B B A C D	1 #RESTDAY

12

GRU

2019

poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
25 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	26 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	27 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	28 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	29 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	30 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	1 WRETDAY
2 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	3 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	4 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	5 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	6 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	7 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	8 WRETDAY
9 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	10 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	11 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	12 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	13 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	14 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	15 WRETDAY
16 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	17 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	18 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	19 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	20 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	21 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	22 WRETDAY
23/30 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	24/31 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	25 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	26 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	27 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	28 TRENING Y A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z	29 WRETDAY

RUNMAGEDDON

SILA I CHARAKTER

RUNMAGEDDOŃCZYKU!

Trzymasz w swoich rękach kawał błotnych wspomnień z naszych tras!

Ten kalendarz to nie tylko masa sztos ujęć,
ale przede wszystkim to Twój plan na najbliższy rok!
Sezon 2019 zapowiada się epicko,
ale to od Ciebie zależy jak go wykorzystasz!

Do Twojej dyspozycji oddajemy kozacki terminarz,
który pozwoli Ci z plekielną dokładnością
zaplanować codziennie treningi
(I przypomni o zaskazanym, obowiazkowym czasie na chillout!).

Godzinka na pływalni?

A może mordlerce 90 min crossfitu?

Zaznacz checkbox, zaplanuj czas i nie odpuszczaj!

Pamiętaj, że siła i charakter prawdziwego Runmageddończyka
szlifuje się konsekwentnie, ale satysfakcja, która Cię czeka
jest warta tej walki!

piątek	sobota
1	2
TRENING <small>10:00-11:00</small>	TRENING <small>10:00-11:00</small>
<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/> <input checked="" type="checkbox"/>

To jak, masz już plany na ten tydzień?

PODEJMIJ WYZWANIE!

WWW.RUNMAGEDDON.PL