



**MARSZ PO ZDROWIE**  
PROFESSIONAL NORDIC WALKING & FITNESS TEAM

# Plan na wrzesień 2022

Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela
29	30	31	1	2	3	Szkolenie NW Lasek M. 11:30 4
5	6	7	8	9	Początek sezonu - grill w Studio 17:00 10	Szkolenie NW Malta 10:10 11
12	13	14	15	Zajęcia Qi Gong w Studio 18:00 16	Spływ kajakowy MPZ/ Puchar Świata Słowacja 17	Spływ kajakowy MPZ/ Puchar Świata Słowacja 18
19	20	21	22	Zajęcia Qi Gong w Studio 18:00 23	12 Urodziny MPZ 9:00/ Korona 24 Rożnowice Online	Szkolenie NW Rusałka 10:10 25
26	27	28	29	Rollowanie 18:00 30	Szczecin - wyjazd 1	Korona Szczecin 2