

## Harmonogram zajęć w ramach programu "Animador Sportu"

### MARZEC

Miejsce:	ul. Jerzmanowskiego
Animator:	
Animator:	Tomasz Kalicki

#### TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
			1-03-2017	2-03-2017	3-03-2017	4-03-2017	5-03-2017
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

#### TYDZIEŃ II

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	6-03-2017	7-03-2017	8-03-2017	9-03-2017	10-03-2017	11-03-2017	12-03-2017
09:00							
09:30							
10:00						Gry i zabawy korekcyjne – praca nad postawą ciała DZIECI I MŁODZIEŻ	Koszykówka- gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	13-03-2017	14-06-2016	15-03-2017	16-03-2017	17-03-2017	18-03-2017	19-03-2017
09:00							
09:30							
10:00						Siatkonoga – doskonalenie techniki użytkowej DZIECI I MŁODZIEŻ	Piłka Nożna – nauka poruszania się po boisku DZIECI I MŁODZIEŻ
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	Koszykówka – gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ	Speedball – nauka gry DZIECI I MŁODZIEŻ	Piłka Nożna – gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ	biegowe – kształtowanie wytrzymałości DZIECI I MŁODZIEŻ	Koszykówka – nauka rzutów DZIECI I MŁODZIEŻ	Koszykówka – gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ	
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00		Piłka Nożna – gra właściwa DOROŚLI					
19:30					Piłka Nożna – gra właściwa DOROŚLI		
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	20-03-2017	21-03-2017	22-03-2017	23-03-2017	24-03-2017	25-03-2017	26-03-2017
09:00							
09:30							
10:00						Speedball – nauka gry DZIECI I MŁODZIEŻ	Koszykówka – nauka poruszania się po boisku DZIECI I MŁODZIEŻ
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	Gry i zabawy – praca nad koordynacją DZIECI I MŁODZIEŻ	Siatkonoga – doskonalenie techniki użytkowej DZIECI I MŁODZIEŻ	biegowe – kształtowanie wytrzymałości DZIECI I MŁODZIEŻ	Piłka Nożna – gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ	Koszykówka – nauka zwozdów DZIECI I MŁODZIEŻ		Piłka Nożna – nauka strzału na bramkę DZIECI I MŁODZIEŻ
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30		Piłka Nożna – gra właściwa DOROŚLI			Piłka Nożna – gra właściwa DOROŚLI		
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ V**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	27-03-2017	28-03-2017	29-03-2017	30-03-2017	31-03-2017		
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	Piłka Nożna – gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ	Speedball – nauka gry DZIECI I MŁODZIEŻ	Speedball – nauka gry DZIECI I MŁODZIEŻ	Gry rzadawo biegowe – kształtowanie wytrzymałości DZIECI I MŁODZIEŻ			
15:30							
16:00							
16:30							
17:00						Koszykówka – gra właściwa DZIECI I MŁODZIEŻ	
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30		Piłka Nożna – gra właściwa DOROŚLI			Piłka Nożna – gra właściwa DOROŚLI		
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							