

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

CZERWIEC

Miejsce:	Orlik, ul. Bujaka 15
Animator:	Mariola Łucka
Animator:	Halina Półtorak

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
				2017-06-01	2017-06-02	2017-06-03	2017-06-04
09:00							
09:30							
10:00							Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00						Dzień Dziecka na Orliku	
13:30							
14:00							
14:30							
15:00					Trening PN dla dzieci klas 1-3 prowadzenie piłki		
15:30							
16:00				Gry i zabawy z elementami koszykówki dla dzieci i młodzieży.		Festyn-Wszystkie Dzieci na start.	
16:30							
17:00					Trening PN dla dzieci klas 4-6 drybling		
17:30							
18:00							
18:30							
19:00				Mecze ligowe w PN dla dorosłych.	Gra w PN dla młodzieży		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ II

	PNIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	
	2017-06-05	2017-06-06	2017-06-07	2017-06-08	2017-06-09	2017-06-10	2017-06-11	
09:00								
09:30								
10:00						Turniej PN dla dzieci SP.	Turnirj PN dla dzieci SP	
10:30								
11:00								
11:30								
12:00								
12:30								
13:00								
13:30								
14:00								
14:30								
15:00	PN - doskonalenie podania zewnętrzną częścią stopy		Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży					
15:30								
16:00		Gry i zabawy ogólnorozw ojowe dla dzieci i młodzieży.		Gry i zabawy - wyścigi rzędów dla dzieci	Trening koszykówki doskonaleni e rzutu z wyskoku.	Gry i zabawy z elementami koszykówki dla dzieci i młodzieży.		
16:30								
17:00	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży							
17:30								
18:00								
18:30				Mecze ligowe w PN dla dorosłych.				
19:00	Siatkówka dla kobiet	Gra w PN dla młodzieży i dorosłych.	Gra w PN dla dorosłych		Gra w PN dla młodzieży i dorosłych.			
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								

TYDZIEŃ III

	PNIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-06-12	2017-06-13	2017-06-14	2017-06-15	2017-06-16	2017-06-17	2017-06-18
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	PN - nauka strzału prostym podbiciem - dla dzieci		Gry i zabawy - tor przeszkód dla dzieci i młodzieży				
15:30							
16:00		Gry i zabawy z piłką.					
16:30							
17:00	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży	Nordic walking- zajęcia dla Kobiet	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży				
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	Siatkówka dla kobiet	PN dla dorosłych- gra sparingowa	Gra w PN dla dorosłych				
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK 2017-06-19	WTOREK 2017-06-20	ŚRODA 2017-06-21	CZWARTEK 2017-06-22	PIĄTEK 2017-06-23	SOBOTA 2017-06-24	NIEDZIELA 2017-06-25
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	Gry i zabawy ogólnorozojowe dla dzieci i młodzieży	Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży	Trening koszykówki dla Gimnazjum- doskonalenie rzutu z dwutaktu.	Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży	Nordic walking- zajęcia dla Kobiet	Koszykówka - gry i zabawy dla dzieci i młodzieży	Siatkówka- ćwiczenia doskonalące serwis.	Speed ball- gra singlowa i super solo.		
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	Siatkówka dla kobiet	PN dla dorosłych- gra sparingowa	Gra w PN dla dorosłych	Mecze ligowe w PN dla dorosłych.	PN dla dorosłych- gra sparingowa		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-06-26	2017-06-27	2017-06-28	2017-06-29	2017-06-30		
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	PN - doskonalenie uderzenia głową dla dzieci i młodzieży	Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.	Gry i zabawy dla dzieci i młodzieży	Trening koszykówki dla Gimnazjum- doskonaleni e gry w obronie. Siatkówka- ćwiczenia doskonaląc e serwis.	Piknik dla rodzin z dziećmi		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży	Nordic walking- zajęcia dla Kobiet	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży				
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	Siatkówka dla kobiet	PN dla dorośłych- gra sparingowa	Gra w PN dla dorośłych	Mecze ligowe w PN dla dorośłych.	Gra w PN dla dorośłych		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							