

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animador Sportu"

LIPIEC

Miejsce:	
Animator:	PIOTR KRÓL
Animator:	MICHAŁ PABIAN

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
						2017-07-01	2017-07-02
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							

gry i zabawy
ruchowe-
zajęcia dla
całej rodziny

TYDZIEŃ II

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-07-03	2017-07-04	2017-07-05	2017-07-06	2017-07-07	2017-07-08	2017-07-09
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	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:30							
17:00							
17:30							
18:00	koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne młodzież	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne młodzież	piłka nożna - drybling-dzieci	piłka nożna-atak szybki-doskonalenie - dzieci		
18:30							
19:00							
19:30							
20:00	piłka nożna drybling i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna drybling i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna- gra w obronie- młodzież/ dorośli	piłka nożna-atak pozycyjny - młodzież/ dorośli		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

gry i zabawy
ruchowe-
zajęcia dla
całej rodziny

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK 2017-07-10	WTOREK 2017-07-11	ŚRODA 2017-07-12	CZWARTEK 2017-07-13	PIĄTEK 2017-07-14	SOBOTA 2017-07-15	NIEDZIELA 2017-07-16
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	piłka nożna gra kontrolna - dzieci	gry i zabawy - dzieci	piłka nożna gra kontrolna - dzieci				
16:30							
17:00				piłka nożna - prowadzenie piłki - dzieci	koszykówka - rzuty z miejsca - młodzież		
17:30	siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież	piłka nożna podania i strzały - dzieci	siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież				
18:00				siatkówka - odbicia	koszykówka - rzuty z miejsca - młodzież		
18:30				sposobem górnym i dolnym - młodzież			
19:00							
19:30	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli	koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli				
20:00				piłka nożna - prowadzenie piłki - młodzież/ dorośli	piłka nożna - doskonalenie podań - młodzież/ dorośli		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK 2017-07-17	WTOREK 2017-07-18	ŚRODA 2017-07-19	CZWARTEK 2017-07-20	PIĄTEK 2017-07-21	SOBOTA 2017-07-22	NIEDZIELA 2017-07-23
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	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:30							
17:00				piłka nożna - nauka strzału na bramkę po prowadzeniu piłki.	piłka nożna - przyjęcie piłki - młodzież/ dorośli		
17:30	koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież				
18:00							
18:30							
19:00							
19:30	piłka nożna drybling i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna drybling i strzały na bramkę - dorośli				
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-07-24	2017-07-25	2017-07-26	2017-07-27	2017-07-28	2017-07-29	2017-07-30
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							
15:30							
16:00	piłka nożna gra kontrolna - dzieci	gry i zabawy - dzieci	piłka nożna gra kontrolna - dzieci				
16:30							
17:00				piłka nożna- przyjęcie piłki- młodzież/ dorośli	piłka nożna- nauka strzału na bramkę po prowadzeniu piłki.		
17:30	siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież	piłka nożna podania i strzały - dzieci	siatkówka gra grupy mieszanej - młodzież				
18:00							
18:30				siatkówka- doskonalenie zagrywki- młodzież	koszykówka- prowadzenie piłki - dzieci, młodzież		
19:00							
19:30							
20:00	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli	koszykówka gra grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli				
20:30							
21:00				piłka nożna- atak pozycyjny - młodzież/ dorośli	rugby podstawy gry, ćwiczenia - młodzież		
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ VI

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-07-31						
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	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli						
21:00							
21:30							
22:00							