

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animador Sportu"

SIERPIEŃ

Miejsce:	
Animador:	Mariola Łucka
Animador:	Halina Półtorak

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
		2017-08-01	2017-08-02	2017-08-03	2017-08-04	2017-08-05	2017-08-06
09:00							
09:30							
10:00							Gry i zabawy ogólnorozwojowe.
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi.
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00		Gry i zabawy ogólnorozwojowe dla dzieci i młodzieży.	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi.	Gry i zabawy z elementami koszykówki dla dzieci i młodzieży.	Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.		Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży.
15:30							
16:00							
16:30		Nordic walking-zajęcia dla Kobiet	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży.	Siatkówka-ćwiczenia doskonalące odbicia górne i dolne.	Speed ball-gra singlowa i super solo.		
17:00							
17:30							
18:00		Gra w PN dla młodzieży i dorosłych.		Mecze w PN dla dorosłych.	PN dla dorosłych-gra sparingowa		
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
	2017-08-07	2017-08-08	2017-08-09	2017-08-10	2017-08-11	2017-08-12	2017-08-13
09:00							
09:30							
10:00	Gry i zabawy ogólnorozwojowe	To i owo na sportowo	Badminton - gra deblowa	Gra terenowa dla dzieci i młodzieży	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi		
10:30							
11:00							
11:30							
12:00	Nauka tenisa ziemnego kobiet	Gry i zabawy dla rodzin z dziećmi	Koszykówka dla dzieci i młodzieży	PN - dla dzieci i młodzieży	Małe gry w PN dla dzieci		
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi.	Gry i zabawy ogólnorozwojowe dla dzieci i młodzieży.	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi.	Gry i zabawy z elementami koszykówki dla dzieci i młodzieży.	Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.		
15:30							
16:00							
16:30	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży.	Nordic walking-zajęcia dla Kobiet	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży.	Siatkówka-ćwiczenia doskonalące odbicia górne i dolne.	Speed ball-gra singlowa i super solo.		
17:00							
17:30							
18:00		Gra w PN dla młodzieży i dorosłych.		Mecze w PN dla dorosłych.	PN dla dorosłych-gra sparingowa		
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
	2017-08-14	2017-08-15	2017-08-16	2017-08-17	2017-08-18	2017-08-19	2017-08-20
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	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi.						
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży.						
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-08-21	2017-08-22	2017-08-23	2017-08-24	2017-08-25	2017-08-26	2017-08-27
09:00							
09:30							
10:00	PN - doskonalenie podań zewnętrzną częścią stopy	PN - dla dzieci i młodzieży	Gry i zabawy dla dzieci - yścigi rzędów	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dzieci	PN - dla dzieci i młodzieży		
10:30							
11:00							
11:30							
12:00	Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dzieci	Gry i zabawy ruchowe	PN - doskonaleni e rzutów karnych	Koszykówka dla dzieci	Gry i zabawy ruchowe		
12:30							
13:00							
13:30							
14:00	Gra sparingowa dla dzieci	PN - rzuty wolne	PN - dla dzieci i młodzieży	Mini mistrzostwa dla dzieci w PN	Gra sparingowa dla dzieci		
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	PN dla mężczyzn	PN - dla dorosłych, Speedball - gra singlowa	Siatkówka kobiet	Tenis ziemny	PN dla mężczyzn		
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 V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-08-28	2017-08-29	2017-08-30	2017-08-31			
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							
21:00							
21:30							
22:00							

Kraków
kierunek Sport