# Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

## SIERPIEŃ

| | |
|---|---|
| **Miejsce:** | LO VIII Grzegorzecka 24 Kraków |
| **Animator:** | GRZEGORZ HAMOWSKI |
| **Animator:** | |

**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 | | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia |
| 09:30 | | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. |
| 10:00 | | PIŁKA NOŻNA - | Gry i zabawy ogolnorozwoj | PIŁKA NOŻNA - | Gry i zabawy ogolnorozwoj | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - |
| 10:30 | | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. |
| 11:00 | | PIŁKA NOŻNA - | KOSZYKOWKA - nauka | PIŁKA NOŻNA - | KOSZYKOWKA - nauka | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - |
| 11:30 | | jw. | jw. | jw. | jw | jw. | jw. |
| 12:00 | | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. |
| 12:30 | | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. |
| 13:00 | | | | | | | |
| 13:30 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | |
| 16:00 | | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | | |
| 16:30 | | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | | |
| 17:00 | | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 17:30 | | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | **2017-08-07** | **2017-08-08** | **2017-08-09** | **2017-08-10** | **2017-08-11** | **2017-08-12** | **2017-08-13** |
| 09:00 | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | | Rozgrzewka-ćwiczenia |
| 09:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 10:00 | PIŁKA NOŻNA - doskonalenie | Gry i zabawy ogolnorozwoj | PIŁKA NOŻNA - | Gry i zabawy ogolnorozwoj | PIŁKA NOŻNA - | | PIŁKA NOŻNA - |
| 10:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 11:00 | PIŁKA NOŻNA - turniej dzikich | KOSZYKOWKA - nauka | PIŁKA NOŻNA - | KOSZYKOWKA - nauka | PIŁKA NOŻNA - | | PIŁKA NOŻNA - |
| 11:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 12:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 12:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 13:00 | jw. | | jw. | | jw. | | jw. |
| 13:30 | jw. | | jw. | | jw. | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | Rozgrzewka-ćwiczenia | |
| 16:30 | | | | | | PIŁKA NOŻNA - | |
| 17:00 | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | Rozgrzewka-ćwiczenia | jw. | |
| 17:30 | PIŁKA NOŻNA - turniej dzikich | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | jw. | |
| 18:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | |
| 18:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | |
| 19:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 19:30 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 20:30 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |

Kraków kierunek Sport

**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 | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | | Rozgrzewka- ćwiczenia |
| 09:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 10:00 | PIŁKA NOŻNA - doskonalenie | Gry i zabawy ogólnorozwoj | PIŁKA NOŻNA - | Gry i zabawy ogólnorozwoj | PIŁKA NOŻNA - | | PIŁKA NOŻNA - |
| 10:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 11:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | jw. |
| 11:30 | PIŁKA NOŻNA - turniej dzikich | KOSZYKÓWKA - nauka | PIŁKA NOŻNA - | KOSZYKÓWKA - nauka | PIŁKA NOŻNA - | | jw. |
| 12:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 12:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 13:00 | | | | | | | |
| 13:30 | | | | | | | |
| 14:00 | | | | | | | |
| 14:30 | | | | | | | |
| 15:00 | | | | | | | |
| 15:30 | | | | | | | |
| 16:00 | | | | | | | |
| 16:30 | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | Rozgrzewka- ćwiczenia | |
| 17:00 | PIŁKA NOŻNA - doskonalenie | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | |
| 17:30 | PIŁKA NOŻNA - turniej dzikich | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | PIŁKA NOŻNA - | jw. | |
| 18:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | |
| 18:30 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 19:00 | jw. | jw. | jw. | jw. | jw. | | |
| 19:30 | | | | | | | |
| 20:00 | | | | | | | |
| 20:30 | | | | | | | |
| 21:00 | | | | | | | |
| 21:30 | | | | | | | |
| 22:00 | | | | | | | |

| | 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 | | | | | | | |
| 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

| | 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