Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

PAŹDZIERNIK

Miejsce:	
Animator:	Mariola Łucka
Animator:	Halina Półtorak

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
							2017-10-01
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
	2017-10-02	**2017-10-03**	**2017-10-04**	**2017-10-05**	**2017-10-06**	**2017-10-07**	**2017-10-08**
09:00							
09:30							
10:00						**Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi**	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00						**Małe gry w PN-dla dzieci i młodzieży**	
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	**PN-doskonalenie podań wewnętrzną częścia stopy dla dzieci i młodzieży**	**Gry i zabawy ogólnorozwojowe dla dzieci i młodzieży.**	**Gry i zabawy-wyścigi rzędów dla dzieci i młodzieży**	**Gry i zabawy z elementami koszykówki dla dzieci i młodzieży.**	**Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.**		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00				**Siatkówka-ćwiczenia doskonalące odbicia górne i dolne.**	**Speed ball-gra singlowa i super solo.**		
17:30	**Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży**	**Nordic walking-zajęcia dla Kobiet**	**Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży**				
18:00							
18:30							
19:00	**Siatkówka dla kobiet**	**Gra w PN dla mlodziezy i dorosłych.**	**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							

Kraków kierunek S

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-09	2017-10-10	2017-10-11	2017-10-12	2017-10-13	2017-10-14	2017-10-15
09:00							
09:30							
10:00						Zajęcia rekreacyjne dla rodzin z dziećmi.	
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 z piłką-dzieci młodzież.	Trening PN dla dzieci klas 1-3 prowadzenie piłki	Trening koszykówki dla Gimnazjum-doskonalenie rzutu z dwutaktu.	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	Małe gry w PN-dla dzieci i młodzieży	Nordic walking-zajęcia dla Kobiet	Trening PN dla dzieci klas 4-6 prowadzenie piłki	Siatkówka-ćwiczenia doskonalące serwis.	Trening PN dla dzieci klas 1-3 drybling		
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	Siatkówka kobiet	PN dla dorosłych-gra sparingowa	PN-dla dorosłych	Mecze ligowe w PN dla dorosłych.	Trening PN dla dzieci klas 4-6 drybling		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-16	2017-10-17	2017-10-18	2017-10-19	2017-10-20	2017-10-21	2017-10-22
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 ruchowe dla dzieci i młodzieży	Gry i zabawy ogólnorozwojowe dla dzieci i młodzieży.	Małe gry w PN dla dzieci i młodzieży	Gry i zabawy z elementami koszykówki dla dzieci i młodzieży.	Gry i zabawy z piłką-dzieci młodzież.		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00				Siatkówka-ćwiczenia doskonalące odbicia górne i dolne.	Speed ball-gra singlowa i super solo.		
17:30	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży	Nordic walking-zajęcia dla Kobiet	Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży				
18:00							
18:30							
19:00	Siatkówka kobiet	Gra w PN dla mlodziezy i dorosłych.	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							

Kierunek Sport

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-23	**2017-10-24**	**2017-10-25**	**2017-10-26**	**2017-10-27**	**2017-10-28**	**2017-10-29**
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	**Mecze ligowe w PN dla dzieci klas 1-3**	**Gry i zabawy z piłką-dzieci mlodzież.**	**Gry i zabawy dla dzieci i młodzieży**	**Trening koszykówki dla Gimnazjum-doskonalenie gry w obronie.**	**Gry i zabawy z piłką dla dzieci i młodzieży**		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	**Mecze ligowe w PN dla dzieci klas 4-6**	**Nordic walking-zajęcia dla Kobiet**	**Gra w PN dla dzieci i młodzieży**	**Siatkówka-ćwiczenia doskonalące serwis.**	**Małe gry w PN-dla dzieci i młodzieży**		
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	**Siatkówka dla kobiet**	**PN dla dorosłych-gra sparingowa**	**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 VI

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-30	**2017-10-31**					
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	**Mecze ligowe w PN dla dzieci klas 1-3**	**Gry i zabawy ogólnorozwojowe dla dzieci i mlodzieży.**					
15:30							
16:00							
16:30							
17:00	**Mecze ligowe w PN dla dzieci klas 4-6**						
17:30		**Nordic walking-zajęcia dla Kobiet**					
18:00							
18:30							
19:00	**Siatkówka dla kobiet**	**Gra w PN dla mlodziezy i dorosłych.**					
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

kierunek Sport