

Harmonogram zajęć w ramach programu "Mój trener"

PAŹDZIERNIK

Miejsce:	Zespół Szkolno - Przedszkolny nr 5, 31-636 Kraków, os. Oświecenia 30
Animator:	Paweł Dudek
Animator:	Łukasz Stachurski

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						PIŁKA RĘCZNA - podstawy gry, ćwiczenia wprowadz ające	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30						PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzeni a piłki oraz zwodów - dzieci i młodzież	
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzenia piłki oraz zwodów - dzieci i młodzież	GRY I ZABAWY OGÓLNOR OZWOJOW E - dzieci i młodzież		PIŁKA RĘCZNA - podstawy gry, ćwiczenia wprowadz ające	GIMNASTY KA OGÓLNOR OZWOJOW A dzieci i młodzież		
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 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						PIŁKA RĘCZNA - podstawy gry, ćwiczenia wprowadz ające	GIMNASTY KA OGÓLNOR OZWOJOW A dzieci i młodzież
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzeni a piłki oraz zwołów - dzieci i młodzież	
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzenia piłki oraz zwołów - dzieci i młodzież	PIŁKA RĘCZNA - podstawy gry, ćwiczenia wprowadz ające		GRY I ZABAWY OGÓLNORO ZWOJOWE - dzieci i młodzież	GIMNASTY KA OGÓLNOR OZWOJOW A dzieci i młodzież		
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 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						PIŁKA RĘCZNA - podstawy gry, ćwiczenia wprowadz ające	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzeni a piłki oraz zwodów - dzieci i młodzież	
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzenia piłki oraz zwodów - dzieci i młodzież	GRY I ZABAWY OGÓLNOR OZWOJOW E - dzieci i młodzież		GRY I ZABAWY OGÓLNORO ZWOJOWE - dzieci i młodzież	GIMNASTY KA OGÓLNOR OZWOJOW A dzieci i młodzież		
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
	2017-10-23	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							
15:30							
16:00	PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzenia piłki oraz zwodów - dzieci i młodzież	PIŁKA RĘCZNA - podstawy gry, ćwiczenia wprowadz ające		PIŁKA NOŻNA - ćwiczenia prowadzeni a piłki oraz zwodów - dzieci i młodzież	GIMNASTY KA OGÓLNOR OZWOJOW A dzieci i młodzież		
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 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							
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							