

Harmonogram zajęć w ramach programu "Krakowska Akademia Siatkarska"

Miejsce:	Szkoła Podstawowa Nr 2
Trener:	Urszula Zagata

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
			2016-06-01	2016-06-02	2016-06-03	2016-06-04	2016-06-05
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			Doskonał. odbić spos. górnym i dolnym. Kl. IV-VI			Turniej małych gier - dwójki kl. IV-VI hala sport. ul. Majora 12a	
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
	2016-06-06	2016-06-07	2016-06-08	2016-06-09	2016-06-10	2016-06-11	2016-06-12
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	Doskonał. poruszania się po boisku przez gry i zabawy siatk. Kl. IV-VI		Wzmacn. mięśni obręczy grn. przez gry i zabawy rzutne. Kl. IV-VI				
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 2016-06-13	WTOREK 2016-06-14	ŚRODA 2016-06-15	CZWARTEK 2016-06-16	PIĄTEK 2016-06-17	SOBOTA 2016-06-18	NIEDZIELA 2016-06-19
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	Współpr. w parach. Ćw. doskonal. technikę odb. sp. grn. i dln. Kl. IV-VI		Mini gra. Rozgrywanie meczów w dwójkach. Kl. IV-VI				
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 2016-06-20	WTOREK 2016-06-21	ŚRODA 2016-06-22	CZWARTEK 2016-06-23	PIĄTEK 2016-06-24	SOBOTA 2016-06-25	NIEDZIELA 2016-06-26
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	Nauka zagrywki sposobem dolnym. Mini gra single. Kl. IV-VI		Gry i zabawy siatk. Doskonal. zagrywki sp. dln. Mini gra w dwójkach. Kl. IV-VI				
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
	2016-06-27	2016-06-28	2016-06-29	2016-06-30			
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							
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
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							