

Harmonogram zajęć w ramach programu "Lokalny Animator Sportu" grudzień

Miejsce:	Bujaka 15
Animator:	Mariola Łucka
Animator:	Halina Półtorak

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
				2016-12-01	2016-12-02	2016-12-03	2016-12-04
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				Trening koszykówki dla dzieci SP i Gimnazjum-doskonaleni e rzutów.	Zajęcia inspirowane pomysłami dzieci i młodzieży.		
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00				Mecze PN dorosłych-Liga Kurdwanów	PN dla młodzieży-doskonaleni e podań i strzałów.		
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30					PN dla dorosłych		
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ II

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2016-12-05	2016-12-06	2016-12-07	2016-12-08	2016-12-09	2016-12-10	2016-12-11
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 z elementami PN,	Gry i zabawy z piłką.	Trening PN dla dzieci SP-doskonaleni e strzałów.	Trening koszykówki dla dzieci SP i Gimnazjum-szybki atak.	Animacja-zajęcia ruchowe.		
15:30							
16:00							
16:30		Nordic walking dla sniorów.					
17:00							
17:30							
18:00	Gra w PN dla dzieci SP i młodzieży.			Mecze PN dorosłych-Liga Kurdwanów	Gra super solo i singlowa w Speed-ball.		
18:30		Gra treningowa dorosłych w PN	Gra w speed-ball dla dzieci i młodzieży.				
19:00							
19:30							
20:00			PN dla dorosłych		PN dla dorosłych.		
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2016-12-12	2016-12-13	2016-12-14	2016-12-15	2016-12-16	2016-12-17	2016-12-18
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00	Gry i zabawy z elementami PN, Gra w PN dla dzieci SP i młodzieży.	Gry i zabawy z piłką. Nordic walking - zajęcia dla kobiet. Gra treningowa dorosłych w PN	Trening PN dla dzieci SP-doskonaleni e strzałów. Gry i zabawy ruchowe.	Zajęcia inspirowane pomysłami dzieci i młodzieży. PN dla młodzieży-doskonaleni e podań i strzałów. PN dla dorosłych			
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 IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2016-12-19	2016-12-20	2016-12-21	2016-12-22	2016-12-23	2016-12-24	2016-12-25
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00	Gry i zabawy z elementami PN, Gra w PN dla dzieci SP i młodzieży.	Gry i zabawy z piłką. Nordic walking - zajęcia dla kobiet Gra treningowa dorosłych w PN	Trening PN dla dzieci SP-doskonaleni e strzałów. Gry i zabawy ruchowe.	Gry i zabawy ruchowe. Mecze PN dorosłych-Liga Kurdwanów	Małe gry-zajęcia rekreacyjne. Gra super solo i singlowa w Speed-ball. PN dla dorosłych.		
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 V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2016-12-26	2016-12-27	2016-12-28	2016-12-29	2016-12-30	2016-12-31	
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			Gry i zabawy z elementami PN.	Zajęcia inspirowane pomysłami dzieci i młodzieży.			
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30			Zajęcia rekreacyjne dla dzieci i młodzieży.	PN dla młodzieży- doskonaleni e podań i strzałów.			
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30			PN dla dorosłych	PN dla dorosłych			
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							