

Harmonogram zajęć w ramach programu "Lokalny Animator Sportu"

GRUDZIEŃ

Miejsce:	Orlik ul. Jaskrowa 5
Animator:	Rafał Gruchala

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				Tenis			
13:30				Doskonalenie			
14:00				poznanych			
14:30				umiejętności.			
15:00				Dzieci SP			
15:30				Siatkonoga			
16:00				Gra właściwa			
16:30				Dzieci SP			
17:00				Młodzież			
17:30				Piłka Nożna			
18:00				doskonalenie			
18:30				elemnetów			
19:00				piłkarskich w			
19:30				grze właściwej			
20:00				Młodzież			
20:30				Piłka nożna			
21:00				Gra właściwa			
21:30				Dorośli			
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						Piłka nożna	
10:30						Gra właściwa	
11:00						Dorośli	
11:30						Piłka Nożna	
12:00						doskonalenie	
12:30						elemnetów	
13:00	Gimnastyka	Tenis	Gimnastyka	Tenis		piłkarskich w	
13:30	Zajęcia ogólnie	Doskonalenie	Zajęcia ogólnie	Doskonalenie		grze właściwej	
14:00	rozwojowe	poznanych	rozwojowe	poznanych		Młodzież	
14:30	Dzieci SP	umiejętności.	Dzieci SP	umiejętności.		Piłka nożna	
15:00	Siatkonoga	Dzieci SP	Siatkonoga	Dzieci SP		Gra właściwa	
15:30	Gra właściwa	Młodzież	Gra właściwa	Młodzież		Dorośli	
16:00	Dzieci SP	Siatkówka	Dzieci SP	Siatkówka		Piłka nożna	
16:30	Młodzież	Gra właściwa	Młodzież	Gra właściwa		Gra właściwa	
17:00	Piłka Nożna	Dzieci SP	Piłka Nożna	Dzieci SP		Dorośli	
17:30	doskonalenie	Młodzież	doskonalenie	Młodzież			
18:00	elemnetów	Piłka nożna	elemnetów	Piłka nożna			
18:30	piłkarskich w	Gra właściwa	piłkarskich w	Gra właściwa			
19:00	grze właściwej	Dorośli	grze właściwej	Dorośli			
19:30	Młodzież		Młodzież				
20:00	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna			
20:30	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa			
21:00	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli			
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							Piłka nożna Gra właściwa Dorośli
10:30							
11:00							
11:30							Piłka Nożna doskonalenie elemnetów piłkarskich w grze właściwej Młodzież
12:00							
12:30							
13:00	Gimnastyka	LA Doskonalenie	Tenis	LA Doskonalenie	Gimnastyka		
13:30	Zajęcia ogólnie	szybkości i	Doskonalenie	szybkości i	Zajęcia ogólnie		
14:00	rozwojowe	zwrotności.	poznanych	zwrotności.	rozwojowe		
14:30	Dzieci SP	Młodzież i Dzieci SP	umiejętności. Dzieci SP	Młodzież i Dzieci SP	Dzieci SP		Piłka nożna Gra właściwa Dorośli
15:00	Piłka Nożna		Piłka Nożna		Piłka Nożna		
15:30	doskonalenie	Siatkonoga	doskonalenie	Siatkonoga	doskonalenie		
16:00	elemnetów	Gra właściwa	elemnetów	Gra właściwa	elemnetów		
16:30	piłkarskich w	Dzieci SP	piłkarskich w	Dzieci SP	piłkarskich w		
17:00	grze właściwej.	Młodzież	grze właściwej.	Młodzież	grze właściwej.		Piłka nożna Gra właściwa Dorośli
	Dzieci SP		Dzieci SP		Dzieci SP		
	Młodzież		Młodzież		Młodzież		
17:30	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna		
18:00	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa		
18:30	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli		
19:00							
19:30	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna		
20:00	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa		
20:30	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli		
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	Gimnastyka	Tenis	Gimnastyka	LA	Tenis		
13:30	Zajęcia ogólnie	Doskonalenie	Zajęcia ogólnie	Doskonalenie	Doskonalenie		
14:00	rozwojowe	poznanych	rozwojowe	szybkości i	poznanych		
14:30	Dzieci SP	umiejętności. Dzieci SP	Dzieci SP	zwrotności. Młodzież i Dzieci SP	umiejętności. Dzieci SP		
15:00	Piłka Nożna		Piłka Nożna	Tenis	Piłka Nożna		
15:30	doskonalenie	LA	doskonalenie	Gra właściwa	doskonalenie		
16:00	elemnetów	Doskonalenie	elemnetów	Młodzież	elemnetów		
16:30	piłkarskich w	szybkości i	piłkarskich w	Siatkonoga	piłkarskich w		
17:00	grze właściwej.	zwrotności. Młodzież i Dzieci SP	grze właściwej. Dzieci SP	Gra właściwa	grze właściwej. Dzieci SP		
	Dzieci SP		Dzieci SP	Dzieci SP	Dzieci SP		
	Młodzież		Młodzież	Młodzież	Młodzież		
17:30	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna		
18:00	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa		
18:30	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli		
19:00							
19:30	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna	Piłka nożna		
20:00	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa	Gra właściwa		
20:30	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli	Dorośli		
21:00							
21:30							
22:00							

kierunek Sport

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							
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							