

Harmonogram zajęć w ramach programu "Lokalny Animator Sportu" grudzień

Miejsce:	Orlik - Jerzmanowskiego
Animator:	Tomasz Kalicki

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
				1-12-2016	2-12-2016	3-12-2016	4-12-2016
09:00							
09:30							
10:00						Siatkonoga – doskonaleni e techniki, dzieci i młodzież	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00						Rekreacja ruchowa – gry i zabawy ruchowe, dzieci i młodzież	
13:30							
14:00				Unihokej – doskonaleni e elementów techniki, dzieci i młodzież			
14:30							
15:00							Siatkonoga – doskonaleni e techniki, dzieci i młodzież
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30				Rugby – gra właściwa, dzieci i młodzież			Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli
18:00							
18:30							
19:00					Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ II

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	5-12-2016	6-12-2016	7-12-2016	8-12-2016	9-12-2016	10-12-2016	11-12-2016
09:00							
09:30							
10:00						Piłka Ręczna – doskonaleni e rzutu na bramkę, dzieci i młodzież	
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00						Koszykówk a – gra właściwa, dzieci i młodzież	
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	Rekreacja ruchowa – gry i zabawy ruchowe, dzieci i młodzież			Rugby – doskonaleni e elementów taktyki i techniki, dzieci i młodzież			Rekreacja ruchowa – gry i zabawy bieżne, dzieci i młodzież
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli
18:00	Siatkonoga – doskonalenie techniki, dzieci i młodzież	Piłka Ręczna – gra właściwa, dzieci i młodzież					
18:30							
19:00	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli				
19:30					Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli		
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	12-12-2016	13-12-2016	14-12-2016	15-12-2016	16-12-2016	17-12-2016	18-12-2016
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30				Koszykówka – małe gry zadaniowe, dzieci i młodzież			
15:00	Rugby – gra właściwa, dzieci i młodzież		Rugby – doskonaleni e elementów techniki, dzieci i młodzież	Piłka Ręczna – doskonaleni e zwołów, dzieci i młodzież		Unihokej – gra właściwa, dzieci i młodzież	
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli
18:00		Rekreacja ruchowa – gry i zabawy korekcyjne, dzieci i młodzież					
18:30							
19:00	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli				
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	19-12-2016	20-12-2016	21-12-2016	22-12-2016	23-12-2016	24-12-2016	25-12-2016
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	Rugby – gra właściwa, dzieci i młodzież						
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00		Siatkonoga – doskonalenie techniki, dzieci i młodzież					
18:30							
19:00	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli	Piłka Nożna – gra właściwa, dorośli					
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	26-12-2016	27-12-2016	28-12-2016	29-12-2016	30-12-2016	31-12-2016	
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							