

## Harmonogram zajęć w ramach programu "Animador Sportu"

### MARZEC

Miejsce:	
Animator:	PIOTR KRÓL
Animator:	MICHAŁ PABIAN

#### TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
			2017-03-01	2017-03-02	2017-03-03	2017-03-04	2017-03-05
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							
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
	2017-03-06	2017-03-07	2017-03-08	2017-03-09	2017-03-10	2017-03-11	2017-03-12
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe - zajęcia dla całej rodziny	gry i zabawy ruchowe - zajęcia dla całej rodziny
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 III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-03-13	2016-06-14	2017-03-15	2017-03-16	2017-03-17	2017-03-18	2017-03-19
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny	gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	gry i zabawy - dzieci	piłka nożna kontrolna - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:30				piłka nożna - drybling- dzieci	piłka nożna-atak szybko-doskonalenie - dzieci		
17:00							
17:30	piłka nożna podania i strzały - dzieci	siatkówka grupy mieszanej - młodzież	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	siatkówka-ustawienie podczas zagrywki własnej młodzież	koszykówka- nauka dwutaktu- młodzież		
18:00							
18:30							
19:00							
19:30	koszykówka grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli	piłka nożna- gra w obronie- młodzież/ dorośli	piłka nożna-atak pozycyjny - młodzież/ dorośli		
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-03-20	2017-03-21	2017-03-22	2017-03-23	2017-03-24	2017-03-25	2017-03-26
09:00							
09:30							
10:00						gry i zabawy ruchowe- zajęcia dla całej rodziny	gry i zabawy dla dzieci i dorosłych
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:30				piłka nożna - przyjęcie piłki - dzieci	piłka nożna-atak szybko-doskonalenie - dzieci		
17:00							
17:30	koszykówka grupy mieszanej - kobiety mężczyźni i dzieci	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	siatkówka- nauka bloku pojedynczego- młodzież	koszykówka- rzuty z półdystansu- młodzież		
18:00							
18:30							
19:00							
19:30	piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli	piłka nożna podania i strzały na bramkę - dorośli	piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli	piłka nożna- gra w obronie- młodzież/ dorośli	piłka nożna- strzały na bramkę- młodzież/ dorośli		
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

**TYDZIEŃ V**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-03-27	2017-03-28	2017-03-29	2017-03-30	2017-03-31		
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	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci	gry i zabawy - dzieci				
16:30				piłka nożna- przyjście piłki- młodzież/ dorośli	piłka nożna- nauka strzału na bramkę po prowadzeniu piłki.		
17:00							
17:30	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	piłka nożna podania i strzały - dzieci	siatkówka i koszykówka zajęcia dowolne - młodzież	siatkówka- doskonalenie zagrywki- młodzież	koszykówka- prowadzenie piłki - dzieci, młodzież		
18:00							
18:30							
19:00							
19:30	piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli	piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli	piłka nożna drybling i strzały na bramkę _ dorośli	piłka nożna- atak pozycyjny - młodzież/ dorośli	rugby podstawy gry, ćwiczenia - młodzież		
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							