

Harmonogram zajęć w ramach programu "Krakowska Akademia Siatkarska"

MARZEC

Miejsce:	Szkoła Podstawowa nr 105
Trener:	Anna Dziuban

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							
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							
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				16:30 - 18:30 KLASY III - VI Gry i zabawy doskonalające			
17:30				odbić sposobem górnym			
18:00				dolnym.			
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
	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							
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	16:20 - 18:20 KLASY III - VI			16:30 - 18:30 KLASY III - VI			
17:00	Doskonalenie			Doskonalenie			
17:30	poruszania się przy siatce			wystawy piłki.			
18:00	i w polu.			Rozegranie akcji „na trzy”.			
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
	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							
16:30	16:20 - 18:20 KLASY III - VI Doskonalenie zagrywki tenisowej.			16:30 - 18:30 KLASY III - VI Technika indywidualna w formie singli siatkarskich.			
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							