

Harmonogram zajęć w ramach programu "Mój trener"

MARZEC

Miejsce:	KS Baszta, ul. Aleksandry 21 B
Animator:	Michał Stupski
Animator:	Grzegorz Henkel

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	13-03-2017	14-06-2016	15-03-2017	16-03-2017	17-03-2017	18-03-2017	19-03-2017
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 piłkami dla najmłodszych	Gry i zabawy z piłkami. Koszykówka doskonaleni e rzutów
14:30							
15:00							
15:30							
16:00			Nauka i doskonaleni e podań w piłce nożnej	Piłka nożna dla najmłodszych, gry i zabawy z piłką	Piłka nożna dla młodzieży doskonaleni e techniki	Siatkówka doskonaleni e odbić sposobem górnym	Gra szkolna i właściwa piłka nożna
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30			Rugby nauka poruszani się po boisku	Doskonaleni a gry piłka nożna	Doskonaleni e gry piłka nożna		
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	20-03-2017	21-03-2017	22-03-2017	23-03-2017	24-03-2017	25-03-2017	26-03-2017
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00						Wytrzymałość	
13:30							
14:00							
14:30						Gry i zabawy z piłkami dla najmłodszych	Gry i zabawy z piłkami. Siatkówka doskonaleni e odbić
15:00							
15:30							
16:00	Koszykówka doskonaleni e poruszania się z piłką. Gra szkolna	Piłka ręczna gry i zabawy oswajające z piłkami	Nauka i doskonaleni e strzałów w piłce nożnej	Piłka nożna dla najmłodszych, gry i zabawy z piłką	Piłka nożna dla młodzieży doskonaleni e techniki	Siatkówka doskonaleni e odbić sposobem dolnym	Gra szkolna i właściwa piłka nożna
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	Piłka nożna doskonaleni e gry	Piłka nożna doskonaleni e gry	Piłka nożna doskonaleni e gry	Piłka nożna doskonaleni e gry	Piłka nożna doskonaleni e gry		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ V

	PNIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	
	27-03-2017	28-03-2017	29-03-2017	30-03-2017	31-03-2017			
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	Koszykówka doskonalenie podań i koźlowania	Doskonale nie wybranych elementów techniki piłki nożnej	Siatkówka doskonale nie odbić i zagrywki		Ringo nauka i doskonale nie gry			
16:30								
17:00				Piłka nożna gra zadaniowa				
17:30								
18:00	Piłka nożna doskonale nie gry		Piłka nożna doskonale nie gry		Piłka nożna doskonale nie gry			
18:30								
19:00								
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								