

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animador Sportu"

KWIECIEŃ

Miejsce:	Orlik ul. Na Błonie 15 b
Animador:	Joanna Kucera
Animador:	

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
						2017-04-01	2017-04-02
09:00							
09:30							
10:00							Tenis ziemny nauka serwisu, doskonalenie forehad'u dorośli, dzieci
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
	2017-04-03	2017-04-04	2017-04-05	2017-04-06	2017-04-07	2017-04-08	2017-04-09
09:00							
09:30							
10:00						Piłka nożna, turniej drużyn amatorskich dorośli, młodzież	Tenis ziemny doskonalenie forehandu i backhandu, gra dorośli
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00		Siatkówka doskonalenie odbić sposobem górnym i dolnym, gra 3x3 młodzież	Koszykówka a poruszanie się w obronie po boisku, gra 3x3, młodzież				
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
	2017-04-10	2017-04-11	2017-04-12	2017-04-13	2017-04-14	2017-04-15	2017-04-16
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		Lekka atletyka zabawy i gry kształtujące skoczność dzieci, młodzież	Koszykówka, doskonalenie rzutu z biegu po podaniu, małe gry, dzieci, młodzież				
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 IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-04-17	2017-04-18	2017-04-19	2017-04-20	2017-04-21	2017-04-22	2017-04-23
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							Piłka nożna doskonalenie prowadzenia piłki oraz uderzeń prostym podbieciem, gra dzieci młodzież
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00		Siatkówka nauka zagrywki tenisowej, doskonalenie odbić spółnym, gra 3x3 młodzież	Zbiórka turniej dzieci		Koszykówka gry i zabawy (król, 21, itd)		
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 V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-04-24	2017-04-25	2017-04-26	2017-04-27	2017-04-28	2017-04-29	2017-04-30
09:00							
09:30							
10:00							Siatkówka, turniej drużyn amatorskich, dorośli
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00		Tenis ziemny, doskonalenie forehand'u, backhandu oraz servisu, dzieci, młodzież	Rugby doskonalenie podań, gry i zabawy z operowaniem piłką, dzieci i młodzież				piłka nożna mecze drużyn podwórkowych dorośli
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							