

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animador Sportu"

MAJ

Miejsce:	
Animador:	Joanna Kucera
Animador:	

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-05-01	2017-05-02	2017-05-03	2017-05-04	2017-05-05	2017-05-06	2017-05-07
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		Piłka nożna doskonaleni e strzałów na bramkę z różnych odległości oraz pozycji			Tenis ziemny doskonaleni e forehand'u i backhandu młodzież		
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
	2017-05-08	2017-05-09	2017-05-10	2017-05-11	2017-05-12	2017-05-13	2017-05-14
09:00							
09:30							
10:00							Tennis ziemny podania crossowe oraz po prostej Dorośli
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							
14:30							
15:00	Rugby, doskonalenie podań dzieci	Siatkówka przyjęcie piłki, doskonaleni e odbić sposobem dolnym dzieci					
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
	2017-05-15	2017-05-16	2017-05-17	2017-05-18	2017-05-19	2017-05-20	2017-05-21
09:00							
09:30							
10:00						Piłka nożna mecze drużyn podwórkow ych	Siatkówka doskonaleni e odbic górných i dolnych, gra dorośli
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						Tenis ziemny doskonaleni e serwisu oraz returnu dorośli	Rugby przypomnie nie podstawow ych zasad gry
14:30							
15:00		Siatkówka wystawianie , doskonaleni e odbic sposobem górnym młodzież	Tenis ziemny nauka odbicia voleyem		Koszykówk a nauka rzutu z biegu po podaniu, gra na jeden kosz 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
	2017-05-22	2017-05-23	2017-05-24	2017-05-25	2017-05-26	2017-05-27	2017-05-28
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		Siatkonoga doskonaleni e operowania piłką, gra młodzież	Siatkówka doskonaleni e zagrywki sposobem górnym 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 V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-05-29	2017-05-30	2017-05-31				
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		Tenis ziemny doskonaleni e poznanych odbić(back hand, forehand, volley)	Piłka nożna, gry i zabawy, prowadzeni e piłki dzieci				
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							