

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

CZERWIEC

Miejsce:	Aleja Modrzewiowa 23
Animator:	Judyta Olipra

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-06-01	2017-06-02	2017-06-03	2017-06-04	2017-06-05	2017-06-06	2017-06-07
09:00							Gry i zabawy ogólnorozwójowe - DZIECI I MŁODZIEŻ
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00					Piłka nożna - doskonalenie podań i strzałów, gra szkolna - DZIECI I MŁODZIEŻ		
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30					Siatkówka - nauka rozegrania piłki, gra szkolna		
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	
	2017-06-05	2017-06-06	2017-06-07	2017-06-08	2017-06-09	2017-06-10	2017-06-11	
09:00						Turniej siatkówki drużyn mieszanych na orliku na Os. Piastów 89 - DOROŚLI		
09:30								
10:00								
10:30								
11:00								
11:30								
12:00								
12:30								
13:00								
13:30								
14:00	LEKKOATLETY KA - rzut piłeczką palantową, zbaawy koordynacyjne - DZIECI I MŁODZIEŻ	Gry i zabawy ogólnorozw ojowe - DZIECI I MŁODZIEŻ	LA - ćwicznia prawidłowe go rzutu, gra szkolna w palanta	Gry i zabawy ogólnorozw ojowe - DZIECI I MŁODZIEŻ	Piłka nożna- doskonaleni e podań wewnętrzną częścią stopy- DZIECI I MŁODZIEŻ			
14:30								
15:00				Koszykówk a-gra szkolna- DOROŚLI	Gry i zabawy ogólnorozw ojowe - DZIECI I MŁODZIEŻ		Koszykówk a-gra szkolna- DOROŚLI	
15:30								
16:00								
16:30								
17:00	Piłka nożna- doskonalenie podań i strzałów, gra szkolna-DZIECI I MŁODZIEŻ				Koszykówk a-gra szkolna- DOROŚLI			
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
	2017-06-12	2017-06-13	2017-06-14	2017-06-15	2017-06-16	2017-06-17	2017-06-18
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 ogólnorozwojowe - DZIECI I MŁODZIEŻ		Piłka nożna - ćwiczenia koordynacyjne z piłką, doskonalenie strzałów - DZIECI I MŁODZIEŻ				
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00							
17:30			KOSZYKÓWKA - nauka zwodów, rzutów osobistych - DZIECI I MŁODZIEŻ				
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
	2017-06-19	2017-06-20	2017-06-21	2017-06-22	2017-06-23	2017-06-24	2017-06-25
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00	PIŁKA RĘCZNA - doskonalenie podań i rzutów w biegu - DZIECI I MŁODZIEŻ	Gry i zabawy ogólnorozwojowe - DZIECI I MŁODZIEŻ	LA - nauka startu nisiego i wysokiego, biegi krótkie	Gry i zabawy ogólnorozwojowe - DZIECI I MŁODZIEŻ	Piłka nożna - doskonalenie podań i strzałów, gra szkolna - DZIECI I MŁODZIEŻ		
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30	Piłka nożna - doskonalenie podań wewnętrzną częścią stopy - DZIECI I MŁODZIEŻ		Siatkówka - doskonalenie dościsła do ataku, fragmenty gry szkolnej - DZIECI I MŁODZIEŻ		Siatkówka - nauka rozegrania piłki, gra szkolna		
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
	2017-06-26	2017-06-27	2017-06-28	2017-06-29	2017-06-30		
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							

Kraków
kierunek Sport