

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

Lipiec

Miejsce:	Orlik ul. Forteczna 75
Animator:	Alicja Koral
Animator:	

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
						2017-07-01	2017-07-02
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00						PIŁKA NOŻNA kształtowanie motoryczne mini turniej dzieci, młodzież	
11:30							GRY I ZABAWY OGÓLNOROZ WOJOWE dzieci,młodzież
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							Koszykówka nauka kożłowania
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
	03.07.20167	2017-07-04	2017-07-05	2017-07-06	2017-07-07	2017-07-08	2017-07-09
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00		GRY I ZABAWY BIEŻNE biegi na krótkich dysatnsach	SIATKÓWKA odbijanie piłki w grach i zabawach	GIMNASTYKA DLA KAŻDEGO dzieci i młodzież			
11:30							
12:00							
12:30							
13:00					BADMINTON podstawy gry		
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30							
17:00				PIŁKA NOŻNA nauka podań mini turniej dzieci, młodzież		SIATKÓWKA cwiczenia odbicia sposobem górnym i dolnym	
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

[illegible][illegible]

09:30					
10:00					
10:30					
11:00	KOSZYKÓWKA rzuty do kosza z miejsca i z biegu	GRY I ZABAWY OGÓLNOROZ WOJOWE dzieci, młodzież			
11:30					
12:00					
12:30					
13:00					GIMN ogólna a ćwiczenia
13:30					
14:00					
14:30					
15:00					PIŁKARSTWO naukowe
15:30					
16:00				ZABAWY Z PIŁKĄ RĘCZNĄ Kozłowanie	
16:30					
17:00					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					

17:30					
18:00					
18:30					
19:00					
19:30					
20:00					
20:30					
21:00					
21:30					

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-07-24	2017-07-25	2017-07-26	2017-07-27	2017-07-28	2017-07-29	2017-07-30
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							

TYDZIEŃ VI

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-07-31						
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							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							