Harmonogram zajęć w ramach programu "Mój trener"

PAŹDZIERNIK

Miejsce:	Baszta
Animator:	Jacek Wąsowski
Animator:	Grzegorz Henkel

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
							1.10.2017
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00							**Turnieje piłki nożnej**
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	CZWARTE	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2.10.2017	**3.10.2017**	**4.10.2017**	**5.10.2017**	**6.10.2017**	**7.10.2017**	**8.10.2017**
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						Turnieje Piłki nożnej	Turnieje piłki nożnej
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	**Koszykówka doskonalenie techniki**	Gry i zabawy z piłką dla Najmłodszych	**Piłka nożna doskonalenie gry bramkarza**	Gry i zabawy ruchowe	**Piłka nożna dla najmłodszych, gry i zabawy z piłką**		
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00	**Piłka reczna ustawienie lini obrony**	**Siatkówka doskonalenie techniki**	**Gra szkolna i właściwa piłka nożna**	**Atrakcyjne formy aktywności ruchowej**	**Doskonalenia gry piłka nożna**		
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	9.10.2017	**10.10.2017**	**11.10.2017**	**12.10.2017**	**13.10.2017**	**14.10.2017**	**15.10.2017**
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						Mini turniej piłki nożnej	
14:30							
15:00							
15:30							
16:00	**Koszykówka doskonalenie techniki**	Gry i zabawy z piłkami dla najmłodszych	**Gry i zabawy ruchowe**	Siatkówka technika odbiciem sposobem dolnym	Siatkówka doskonalenie techniki		
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30	**Gry i zabawy ruchowe**	**Piłka ręczna gry i zabawy oswajające z piłkami**	**Piłka nożna doskonalenie gry bramkarza**	**Gra szkolna i właściwa piłka nożna**	**Koszykówka doskonalenie techniki**		
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTE	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	16.10.2017	**17.10.2017**	**18.10.2017**	**19.10.2017**	**20.10.2017**	**21.10.2017**	**22.10.2017**
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						Mini turniej piłki nożnej	Mini turniej piłki nożnej
14:30							
15:00							
15:30	Siatkówka doskonalenie techniki	**Gry i zabawy ruchowe**	Siatkówka doskonalenie odbić sposobem dolnym	**Koszykówka doskonalenie techniki**	Gra szkolna i właściwa piłka nożna		
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00	**Piłka nożna dla najmłodszych, gry i zabawy z piłką**	Koszykówka doskonalenie techniki	**Gry i zabawy z piłkami dla najmłodszych**	Piłka nożna doskonalenie gry bramkarza	**Gry i zabawy ruchowe**		
18:30							
19:00							
19:30							
20:00			Siatkówka doskonalen				
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	23.10.2017	**24.10.2017**	**25.10.2017**	**26.10.2017**	**27.10.2017**	**28.10.2017**	**29.10.2017**
09:00							
09:30							
10:00							
10:30							
11:00							
11:30							
12:00							
12:30							
13:00							
13:30							
14:00						Mini turniej piłki nożnej	Mini turniej piłki nożnej
14:30							
15:00							
15:30	Doskonalenia gry piłka nożna	**Koszykówka doskonalenie techniki**	Nauka i doskonalenie podań w piłce nożnej	**Piłka ręczna doskonalenie gry**	Gry i zabawy ruchowe		
16:00							
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30	**Gry i zabawy ruchowe**	Piłka ręczna gry i zabawy oswajające z piłkami	**Siatkówka doskonalenie techniki**	Piłka nożna dla najmłodszych, gry i zabawy z piłką	**Gry i zabawy ruchowe**		
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							

TYDZIEŃ VI

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTE	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	30.10.2017	**31.10.2017**					
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	Gry i zabawy ruchowe	**Piłka nożna dla najmłodszych, gry i zabawy z piłką**					
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							