

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

PAŹDZIERNIK

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

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
							2017-10-01
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 II

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-02	2017-10-03	2017-10-04	2017-10-05	2017-10-06	2017-10-07	2017-10-08
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							

SIATKOWKA
A nauczanie
elementów
ataku: plas i
zbicie
tenisowe, gra
MŁODZIEŻ

RUGBY
TAG
podanie
klasyczne
doskonaleni
e w grach i
zabawach
DZIECI

KOSZYKÓ
WKA
poruszenie
się po boisku
w ataku,
zmiana
kierunku -
doskonaleni
e
MŁODZIEŻ

TYDZIEŃ III

	PONIEDZIAŁEK 2017-10-09	WTOREK 2017-10-10	ŚRODA 2017-10-11	CZWARTEK 2017-10-12	PIĄTEK 2017-10-13	SOBOTA 2017-10-14	NIEDZIELA 2017-10-15
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 odbicia forehandowe doskonalenie MŁODZIEŻ	LEKKA ATLETYKA kształtowa nie zwinnosci i koordynacji MŁODZIEŻ	RUGBY TAG nauczanie spostrzega nia wolnej przestrzeni DZIECI				PIŁKA NOŻNA mecze towarzyskie drużyn podwórkow ych 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							

TYDZIEŃ IV

	PONIEDZIAŁEK 2017-10-16	WTOREK 2017-10-17	ŚRODA 2017-10-18	CZWARTEK 2017-10-19	PIĄTEK 2017-10-20	SOBOTA 2017-10-21	NIEDZIELA 2017-10-22
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		SIATKOWK A wystawianie piłki w ataku - doskonaleni e, zastosowan ie w grz MŁODZIEŻ	RUGBY TAG poruszanie się i współpraca w obronie 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 V

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-23	2017-10-24	2017-10-25	2017-10-26	2017-10-27	2017-10-28	2017-10-29
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		KOSZYKÓ WKA obrona piłki w różnych sektorach boiska - doskonaleni e MŁODZIEŻ	RUGBY TAG gry i zabawy doskonaląc e poznane umiejetnosx i techniczne DZIECI				PIŁKA NOŻNA mecze towarzyskie drużyn amatorskic h 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							

TYDZIEŃ VI

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
	2017-10-30	2017-10-31					
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 odbić backhande m, gra 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							