

Harmonogram zajęć w ramach programu "Mój trener"

CZERWIEC

Miejsce:	
Animator:	Mariusz Balon
Animator:	Szkoła Podstawowa nr 100 os. Albertyńskie 36

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
					1-06-2018	2-06-2018	3-06-2018
09:00							
09:30							
10:00						ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/za- bawy - DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI
10:30							
11:00						ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	
11:30							ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI
12:00							
12:30							
13:00						ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30					ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI		
17:00							
17:30							
18:00					ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI		
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
	4-06-2018	5-06-2018	6-06-2018	7-06-2018	8-06-2018	9-06-2018	10-06-2018
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	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/zab- awy - DZIECI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI			
17:00							
17:30							
18:00	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI			
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
	11-06-2018	12-06-2018	13-06-2018	14-06-2018	15-06-2018	16-06-2018	17-06-2018
09:00							
09:30							
10:00						ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/za- bawy - DZIECI	
10:30							
11:00							
11:30						ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	
12:00							
12:30							
13:00							
13:30						ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30		ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/ zabawy - DZIECI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI		
17:00							
17:30		ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI		
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
	18-06-2018	19-06-2018	20-06-2018	21-06-2018	22-06-2018	23-06-2018	24-06-2018
09:00							
09:30							
10:00						ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI	
10:30							
11:00							
11:30						ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	
12:00							
12:30							
13:00						ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/zab- awy - DZIECI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI		
17:00							
17:30		ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy ślalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI		
18:00	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI						
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
	25-06-2018	26-06-2018	27-06-2018	28-06-2018	29-06-2018	30-06-2018	
09:00							
09:30							
10:00						ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/za- bawy - DZIECI	
10:30							
11:00							
11:30						ROLKI- podstawy slalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	
12:00							
12:30							
13:00						ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	
13:30							
14:00							
14:30							
15:00							
15:30							
16:00							
16:30	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia/zaba- wy - DZIECI	ROLKI- podstawy slalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI	ROLKI- podstawy slalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – DZIECI	ROLKI- podstawy jazdy- ćwiczenia /zabawy - DZIECI		
17:00							
17:30							
18:00	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy slalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy slalomu – ćwiczenia/ nauka tricków – MŁODZIEŻ I DOROŚLI	ROLKI- podstawy jazdy, ćwiczenia, zabawy - MŁODZIEŻ I DOROŚLI		
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							