

Harmonogram zajęć w ramach programu "Mój Trener"

paź-18

Miejsce:	ORLIK UL SZLACHTOWSKIEGO 11
Animacja:	MIECZYSLAW BENDOWSKI
Animacja:	

TYDZIEŃ I							
PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	
2018-10-01	2018-10-02	2018-10-03	2018-10-04	2018-10-05	2018-10-06	2018-10-07	
09:00					Męskie gry 1x1, 2x2, DZIECI I MŁODZIEŻ	Męskie gry 3x3, 4x4, DZIECI I MŁODZIEŻ	
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	Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gry w piłkę nożną, DZIECI I MŁODZIEŻ	Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gry w piłkę nożną, DZIECI I MŁODZIEŻ	Nauczanie prowadzenia piłki po linii prostej, DZIECI I MŁODZIEŻ	Nauczanie prowadzenia piłki po linii prostej, DZIECI I MŁODZIEŻ	Męskie gry 1x1, 2x2, DZIECI I MŁODZIEŻ		
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	
2018-10-08	2018-10-09	2018-10-10	2018-10-11	2018-10-12	2018-10-13	2018-10-14	
09:00					Męskie gry 1x1, 2x2, DZIECI I MŁODZIEŻ	Męskie gry 3x3, 4x4, DZIECI I MŁODZIEŻ	
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	Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gry w piłkę nożną, DZIECI I MŁODZIEŻ	Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gry w piłkę nożną, DZIECI I MŁODZIEŻ	Nauczanie prowadzenia piłki po linii łamanej, DZIECI I MŁODZIEŻ	Nauczanie prowadzenia piłki po linii łamanej, DZIECI I MŁODZIEŻ	Męskie gry 1x1, 2x2, DZIECI I MŁODZIEŻ		
17:00							
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	
2018-10-15	2018-10-16	2018-10-17	2018-10-18	2018-10-19	2018-10-20	2018-10-21	
09:00					Męskie gry 3x3, 4x4, DZIECI I MŁODZIEŻ	Mini Turniej w piłkę nożną 4x4 MŁODZIEŻ klasy IV-VI	
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	Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gry w piłkę nożną, DZIECI I MŁODZIEŻ	Gry i zabawy ruchowe w nauczaniu gry w piłkę nożną, DZIECI I MŁODZIEŻ	Nauczanie prowadzenia piłki w łamanej, DZIECI I MŁODZIEŻ	Nauczanie prowadzenia piłki w łamanej, DZIECI I MŁODZIEŻ	Męskie gry 1x1, 2x2, DZIECI I MŁODZIEŻ		
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	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA	
2018-10-22	2018-10-23	2018-10-24	2018-10-25	2018-10-26	2018-10-27	2018-10-28	
09:00					PIŁKA NOŻNA, MINI TURNIEJ W PIŁKĘ NOŻNĄ 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 4X4, 5X5 MŁODZIEŻ I DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE Z PIŁKĄ, MAŁE GRY 2X2 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 MŁODZIEŻ I DOROSŁI	
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	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", WYŚCIGI RZĘDÓW MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", WYŚCIGI RZĘDÓW MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", WYŚCIGI RZĘDÓW MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", WYŚCIGI RZĘDÓW MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", MAŁE GRY 4X4 DZIECI I MŁODZIEŻ, NAUCZANIE UDERZENIA PIŁKI W 2-CH W RUCHU, MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, 5X5, 6X6 DOROSŁI		
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	
2018-10-29	2018-10-30	2018-10-31					
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							
15:30	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", WYŚCIGI RZĘDÓW MAŁE GRY 4X4, 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 DOROSŁI				
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	
2018-10-29	2018-10-30	2018-10-31					
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							
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							