

Harmonogram zajęć w ramach programu "Animator Sportu"

Wrzesień

Miejsce:	Orlik ul. Szlachtenkiego 31
Animator:	Mieczysław Bedkowski
Animator:	

TYDZIEŃ I

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
							2019-09-01
09:00							PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY W NAUCZANIU GRY W PIŁKĘ NOŻNĄ, RÓŻNE FORMY "BERKÓW", MAŁE GRY 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ. NAUCZANIE UDERZENIA PIŁKI W 2-CH W RUCHU METODYKA I SYSTEMATYKA MAŁE
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
	2019-09-02	2019-09-03	2019-09-04	2019-09-05	2019-09-06	2019-09-07	2019-09-08
09:00							PIŁKA NOŻNA, MINI TURNIEJ W PIŁKĘ NOŻNĄ 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 4X4, 5X5 MŁODZIEŻ I STARSZA 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							
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
	2019-09-09	2019-09-10	2019-09-11	2019-09-12	2019-09-13	2019-09-14	2019-09-15
09:00						PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE- RÓŻNE FORMY "BERKÓW", WYŚCIGI RZĘDÓW MAŁE GRY 4X4 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 STARSZA MŁODZIEŻ	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE "BEREK"-NIE DAJ SIĘ ZŁAPAĆ ODMIANA I J/W Z PIŁKAMI, MAŁE GRY 4X4 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 MŁODZIEŻ I STARSZA 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							
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
	2019-09-16	2019-09-17	2019-09-18	2019-09-19	2019-09-20	2019-09-21	2019-09-22
09:00						PIŁKA NOŻNA, MINI TURNIEJ W PIŁKĘ NOŻNĄ 5X5 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 4X4, 5X5 MŁODZIEŻ I STARSZA MŁODZIEŻ	PIŁKA NOŻNA, GRY I ZABAWY RUCHOWE Z PIŁKĄ, MAŁE GRY 2X2 DZIECI I MŁODZIEŻ, MAŁE GRY 5X5, 6X6 MŁODZIEŻ I STARSZA 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							
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
	2019-09-23	2019-09-24	2019-09-25	2019-09-26	2019-09-27	2019-09-28	2019-09-29
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							
15:30	PILKA NOŻNA-GRY I ZABAWY RUCHOWE W NAUCZANIU W GRY W	PILKA NOŻNA-GRY I ZABAWY RUCHOWE W NAUCZANIU W GRY W	PILKA NOŻNA-GRY I ZABAWY RUCHOWE W NAUCZANIU W GRY W	PILKA NOŻNA-GRY I ZABAWY RUCHOWE W NAUCZANIU W GRY W	PILKA NOŻNA-GRY I ZABAWY RUCHOWE W NAUCZANIU W GRY W		
16:00	PILKĘ NOŻNĄ,NAUCZANIE ZWODU POJEDYNCZEGO W PROWADZENIU	PILKĘ NOŻNĄ,NAUCZANIE ZWODU POJEDYNCZEGO W PROWADZENIU	PILKĘ NOŻNĄ,NAUCZANIE ZWODU POJEDYNCZEGO W PROWADZENIU	PILKĘ NOŻNĄ,NAUCZANIE ZWODU POJEDYNCZEGO W PROWADZENIU	PILKĘ NOŻNĄ,NAUCZANIE ZWODU POJEDYNCZEGO W PROWADZENIU		
16:30	PILKI,MALE GRY 1X1,4X4 - DZIECI,RUGBY-ROZRUCH OGÓLNOROZWOJOWY + STRETCHING,NAUCZANIE*	PILKI,MALE GRY 1X1,4X4 - DZIECI,PIŁKA NOŻNA-ROZRUCH OGÓLNOROZWOJOWY +	POJEDYNCZEGO W PROWADZENIU PIŁKI,MALE GRY 1X1,4X4 -	PILKA NA BRAMKĘ,MALE GRY 1X1,4X4 -DZIECI,PIŁKA NOŻNA-ROZRUCH OGÓLNOROZWOJOWY + STRETCHING,MALE GRY	PILKĘ NOŻNĄ,NAUCZANIE ZWODU POJEDYNCZEGO W FORMIE ŚCISLEJ,MALE GRY 1X1,4X4 - DZIECI,PIŁKA NOŻNA-ROZRUCH OGÓLNOROZWOJOWY +		
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
	2019-09-30						
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	Mini trening w piłkę nożną 4x4 DZIECI KLASY I - III						
16:30							
17:00							
17:30							
18:00							
18:30							
19:00							
19:30							
20:00							
20:30							
21:00							
21:30							
22:00							