



Harmonogram „Kurs na instruktora samoobrony i sportów walki” miesiąc styczeń 2019 r.

Termin realizacji zajęć			Miejsce realizacji zajęć	Od godz.	Do godz.	Liczba godz.	Zakres tematyczny zajęć
rok	miesiąc	dzień					
2019	styczeń	9 środa	Al. Warszawska 95 Lublin	15:00	18:15	4	Teoria sportu i treningu sportowego
2019	styczeń	12 sobota	Al. Warszawska 95 Lublin	15:00	19:05	5	Wprowadzenie do zajęć praktycznych
2019	styczeń	13 niedziela	ul. Wojciechowska 7 Lublin	16:00	19:15	4	Zajęcia praktyczne
2019	styczeń	16 środa	Al. Warszawska 95 Lublin	15:00	15:45	1	Teoria sportu i treningu sportowego
				15:50	18:15	3	Teoria wychowania fizycznego
2019	styczeń	19 sobota	Al. Warszawska 95 Lublin	9:00	10:30	2	Teoria wychowania fizycznego
				10:40	15:30	6	Metodyka wychowania fizycznego



2019	styczeń	20 niedziela	Al. Warszawska 95 Lublin	9:00	12:45	5	Pedagogika
				13:00	15:30	3	Dietetyka i żywienie w sporcie
2019	styczeń	22 wtorek	ul. Wojciechowska 7 Lublin	14:30	17:45	4	Zajęcia praktyczne
2019	styczeń	23 środa	ul. Wojciechowska 7 Lublin	13:30	17:30	5	Zajęcia praktyczne
2019	styczeń	26 sobota	ul. Wojciechowska 7 Lublin	11:30	18:00	8	Zajęcia praktyczne
2019	styczeń	27 niedziela	Al. Warszawska 95 Lublin	9:00	12:45	5	Psychologia sportu
				13:00	15:30	3	Doping w sporcie
2019	styczeń	30 środa	ul. Wojciechowska 7 Lublin	14:30	17:45	4	Zajęcia praktyczne

