

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI - PŁYWALNIA

Dzień Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
08.00 – 08.45 08.45 – 09.30	B. Kędracki TiR (8:30-10:45)				
09.30– 10.15 10.15 - 11.00	B. Kędracki TiR (8:30-10:45) G. Dankiewicz (N i D)				TiR (9:30- 12:30) B. Kędracki
11.00 – 11.45 11.45 – 12.30	TiR (11:45- 13:15) B. Kędracki				TiR (9:30- 12:30) B. Kędracki
12.30 – 13.15 13.15 – 14.00		T. Pasiak (N i D)		TiR B. Kędracki T. Bielecki	
14.00 – 14.45 14.45 – 15.30		E. Domańska – (N) J. Rutkowski – (D)	E. Domańska – (N i D) W. Dankiewicz – ćwiczenia usprawniające dla Osób z niepełnosprawnościami		
15.30 – 16.15 16.15 – 17.00		E. Domańska – (N i D)			
17.00 – 17.45 17.45 – 18.30				W. Dankiewicz – ćwiczenia usprawniające dla Osób z niepełnosprawnościami	

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA AEROBIC (BUDYNEK B)

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 – 9.30	Fitness (K) E. Dołowy		Fitness (K) E. Dołowy		
9.30–11.00					
11.00–12.30					Gimnastyka Lecznicza (K+M) T. Pasiak
12.30–14.00		Fitness (K) M. Jasko			Gimnastyka Lecznicza (Zajęcia dla osób niepełnosprawnych) T. Pasiak
14.00–15.30					Fitness (K) E. Dołowy
15.30–17.00					
17.00–18.30					
18.30-20.00					

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SIŁOWNIA – (BUDYNEK A)

Dzień Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 – 9.30					
9.30 – 11.00	T. Pasiak (K)		E. Dołowy (M)		
11.00–12.30	T. Pasiak (K)				
12.30–14.00					
14.00–15.30	W. Welcz (M)				W. Welcz (M)
15.30–17.00	W. Welcz (M)				W. Welcz (M)
17.00–18.30					W. Welcz (M)
18.30–20.00				M. Jasko (K+M)	
20.00–21.30					

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA TRENINGU FUNKCJONALNEGO
(BUDYNEK B)**

Dzień Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 -9.30					
9.30-11.00					
11.00-12.30					
12.30-14.00		Trening Obwodowy- funkcjonalny (K) A.Kołodziejczyk			Trening Obwodowy- funkcjonalny (K+M) E. Dołowy
14.00-15.30			Trening Obwodowy- funkcjonalny (K+M) A.Kołodziejczyk		
15.30-17.00					
17.00-18.30			Zajęcia usprawniające dla osób z niepełnosprawnościami M. Tarnowski		

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA NR 1

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 – 9.30	Pilka Siatkowa (K) A. Dubielis				
9.30 – 11.00	Pilka Siatkowa (K) A. Dubielis		Badminton (K+M) J. Krawczyk		
11.00 –12.30			Badminton (K+M) J. Krawczyk		
12.30 - 14.00		Tenis Stołowy (K+M) M. Granda			
14.00 –15.30		Tenis Stołowy (K+M) M. Granda			
15.30 –17.00	Pilka Nożna (M) Z. Szabała	Tenis Stołowy (K+M) W. Dankiewicz			
17.00 –18.30					

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA NR 2

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 – 9.30					
9.30 – 11.00					
11.00 –12.30					
12.30 - 14.00		Piłka Nożna (M) J. Rutkowski			
14.00 –15.30					
15.30 –17.00		Fitness E. Dołowy (K)			
17.00 –18.30	Fitness M. Jasko (K)				

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA NR 3

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 – 9.30					
9.30 – 11.00					
11.00 –12.30					
12.30 - 14.00					
14.00 –15.30					
15.30 –17.00	P. koszykowa (K+M) A. Dubielis	P. Siatkowa (M) J. Rutkowski	P. koszykowa (K+M) Z. Szabala		
17.00 –18.30					
18.30 – 20.00					

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI
SALA SPORTÓW WALKI (BUDYNEK B)

Dzień Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 – 9.30					
9.30 – 11.00			J. Tkaczyk Samoobrona (K)		
11.00 – 12.30					
12.30 – 14.00					
14.00 – 15.30				M. Jasko Samoobrona (K)	
15.30 – 17.00					

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA WYKŁADOWA - CKF UMCS.

ZAJĘCIA TEORETYCZNE

Wtorek – 9.30 – 11.00

dr K. Krawczyk

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2018/2019 SEMESTR LETNI SALA FITNESS – ROWERY

Dzień Godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
08.00 – 09.30	G. Dankiewicz (K)				
09.30 – 11.00					
11.00 – 12.30					
12.30 – 14.00				E. Domańska (K)	
14.00 – 15.30				E. Domańska (K)	
15.30 – 17.00					
17.00 – 18.30		M. Jasko (K+M)			
18.30 – 20.00					
20.00 – 21.30					