**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  - PŁYWALNIA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Dzień** **Godz.**  | PONIEDZIAŁEK | **WTOREK** | ŚRODA | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **08.00 – 08.45****08.45 – 09.30** | **Uniwersytet Medyczny** | **Uniwersytet Medyczny** | **G. Dankiewicz (D)****K. Szafranek-Całka (N)** | **T. Bielecki (N)****K. Szafranek-Całka (D)** |  |
| **09.30– 10.15****10.15 - 11.00** | **Uniwersytet Medyczny** | **Uniwersytet Medyczny** | **G. Dankiewicz (D)****T. Pasiak (N)** | **T. Bielecki (N i D)** |  |
| **11.00 – 11.45****11.45 – 12.30** | **Uniwersytet Medyczny** | **Uniwersytet Medyczny** |  **T. Pasiak (N i D)** | **R. Skowroński (N i D)****K. Szafranek-Całka****Aqua Fitness** |  |
| **12.30 – 13.15****13.15 – 14.00** | **K. Krawczyk (N i D)** | **Uniwersytet Medyczny****(3 tory)****T. Pasiak (N i D)** | **A. Tęcza-Hodun (N)** |  |  |
| **14.00 – 14.45****14.45 – 15.30** |  **W. Dankiewicz** **(NPSP)****M. Granda (N i D)** | **R. Skowroński (N i D)** | **W. Dankiewicz ( NPSP)** | **J. Rutkowski (N)****Z. Szabała (D)** | **M. Jasko (N i D)** |
|  **15.30 – 16.15****16.15 – 17.00** | **J. Czerwiński (N i D)** | **J. Czerwiński (N)** |  **W. Dankiewicz (N i D)** | **M. Granda (N i D)** |  |
| **17.00 – 17.45****17.45 – 18.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA AEROBIC (BUDYNEK B)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień****godz.**  | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
|  **8.00 – 9.30** | **Uniwersytet Medyczny** | **J. Munzadi****Fitness** |  | **J. Gieroba****Fitness** |  |
|  **9.30–11.00** | **Uniwersytet Medyczny** |  | 1. **Tęcza-Hodun**

 **Fitness** | **K. Szafranek-Całka****Fitness** |  |
|  **11.00–12.30** |  | **T. Pasiak****Gimnastyka lecznicza** | **M. Jasko****Fitness** | **A.Tęcza-Hodun****Fitness** | **T. Pasiak****Gim. Kom. NPSP** |
|  **12.30–14.00** |  |  | **Uniwersytet Medyczny** | **T. Pasiak****Gimnastyka lecznicza** | **K. Szafranek-Całka****Fitness** |
|  **14.00–15.30** |  **J. Gieroba****Fitness** |  | **Uniwersytet Medyczny** | **Uniwersytet Medyczny** | **J. Munzadi****Fitness** |
| **15.30–17.00** | **J. Gieroba** **Fitness** | **M. Jasko****Fitness** |  |  | **J. Munzadi****Fitness** |
|  **17.00–18.30** | **J. Gieroba****Fitness** |  | **J. Munzadi****Fitness** | **M. Jasko****Fitness** |  |
| **18.30-20.00** |  |  | **J. Gieroba****Fitness** |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SIŁOWNIA – (BUDYNEK A)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień****Godz.**  | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  |  |  |  | **Uniwersytet Medyczny** |
| **9.30 – 11.00** | **G. Dankiewicz****Siłownia (K)** | **A.Tęcza-Hodun****(M)** |  |  |  |
| **11.00–12.30** |  |  |  |  **J. Ritkowski** **(M)** |  |
| **12.30–14.00** |  |  | **T. Pasiak****(K)** | **Uniwersytet Medyczny** |  |
| **14.00–15.30** | **W. Welcz (M)** |  |  | **M. Jasko****(M)** | **W. Welcz (M)** |
| **15.30–17.00** | **W. Welcz (M)** |  |  |  | **W. Welcz (M)** |
| **17.00–18.30** | **W. Welcz (M)** |  |  |  | **W. Welcz (M)** |
| **18.30–20.00** |  |  |  |  | **W. Welcz (M)** |
| **20.00–21.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA TRENINGU FUNKCJONALNEGO**

**( BUDYNEK B )**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Dzień****Godz.**  | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 -9.30** | **J. Munzadi****Trening Funkcjonalny**  | **K. Szafranek-Całka****Trening Funkcjonalny** | **J. Munzadi****Trening Funkcjonalny** | **J. Munzadi****Trening Funkcjonalny** |  |
| **9.30-11.00** | **Uniwersytet Medyczny** | **G. Dankiewicz****Siłownia(K)** |  | **T. Pasiak****Siłownia(K)** | **A.Tęcza-Hodun****Trening Funkcjonalny** |
| **11.00-12.30** | **K. Krawczyk****Siłownia (K)** |  | **A.Tęcza-Hodun****Siłownia (M)** | **T. Pasiak****Siłownia(K)** | **A.Tęcza-Hodun****Trening Funkcjonalny** |
| **12.30-14.00** | **M. Granda****Siłownia (K)** |  | **Uniwersytet Medyczny** | **Uniwersytet Medyczny** | **M. Jasko****Siłownia(K)** |
| **14.00-15.30** |  |  | **Uniwersytet Medyczny** |  | **J. Gieroba****Trening Funkcjonalny** |
| **15.30-17.00** |  |  |  | **M. Tarnowski****Siłownia (NPSP)** |  |
| **17.00-18.30** |  |  |  | **M. Granda****Siłownia (K)** |  |
| **18.30-20.00** |  |  |  | **M. Granda****Siłownia (K)** |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA NR 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Dzień****godz.**  | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
|  **8.00 – 9.30** | **Uniwersytet Medyczny** |  |  | **J. Krawczyk****Badminton** | **Uniwersytet Medyczny** |
|  **9.30 – 11.00** | **J. Krawczyk****Badminton** |  |  | **J. Krawczyk****Badminton** | **Uniwersytet Medyczny** |
| **11.00 –12.30** | **J. Krawczyk****Badminton** | **J. Czerwiński** **Tenis Stołowy** |  | **J. Krawczyk****Badminton** |  |
| **12.30 - 14.00** | **W. Dankiewicz****Badminton** | **R. SKowroński** **Tenis Stołowy** | **Uniwersytet Medyczny** | **J. Rutkowski****P. Siatkowa (M)** | **W. Dankiewicz****Tenis Stołowy** |
| **14.00 –15.30** |  | **W. Dankiewicz****Tenis Stołowy**  | **Uniwersytet Medyczny** | **Uniwersytet Medyczny** | **W. Dankiewicz****Tenis Stołowy** |
| **15.30 –17.00** |  | **W. Dankiewicz****Tenis Stołowy** | **Z. Szabała****P. Koszykowa** |  **J. Rutkowski** **P. Siatkowa (K)** | **W. Dankiewicz****Tenis Stołowy** |
| **17.00 –18.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA NR 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Dzień****godz.**  | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
|  **8.00 – 9.30** |  |  |  |  | **Uniwersytet Medyczny** |
|  **9.30 – 11.00** | **Uniwersytet Medyczny** | **T. Bielecki****Piłka Nożna** |  |  | **Uniwersytet Medyczny** |
| **11.00 –12.30** | **J. Tkaczyk****Piłka Nożna** | **T. Bielecki****Piłka Nożna** |  | **T. Bielecki****Piłka Nożna** |  |
| **12.30 - 14.00** | **Z. Szabała****Piłka Nożna** |  |  | **J. Tkaczyk****Piłka Nożna** |  |
| **14.00 –15.30** |  | **Uniwersytet Medyczny** | **Z. Szabała****Piłka Nożna** |  |  |
| **15.30 –17.00** | **M. Granda****Piłka Nożna** |  |  | **Z. Szabała****Piłka Nożna** |  |
| **17.00 –18.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA NR 3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Dzień****godz.**  | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
|  **8.00 – 9.30** | **Uniwersytet Medyczny** | **T. Bielecki****Zajęcia teoretyczne z el. Boccii** |  |  |  |
|  **9.30 – 11.00** |  **W. Dankiewicz** **P. Siatkowa (M)** | **K. Krawczyk****P. Siatkowa (K)** |  | **J. Gieroba****P. Koszykowa** |  |
| **11.00 –12.30** |  **W. Dankiewicz** **P. Siatkowa (K)** | **K. Krawczyk****P. Siatkowa (K)** |  | **Uniwersytet Medyczny** |  |
| **12.30 - 14.00** |  | **Uniwersytet Medyczny** |  | **Uniwersytet Medyczny** |  |
| **14.00 –15.30** | **Z. Szabała****P. Koszykowa** | **J. Rutkowski****P. Siatkowa (K)** |  | **Uniwersytet Medyczny** |  |
| **15.30 –17.00** | **Z. Szabała****P. Koszykowa** | **J. Rutkowski****P. Siatkowa (M)** |  | **Uniwersytet Medyczny** |  |
| **17.00 –18.30** |  |  |  |  |  |
| **18.30 – 20.00** | **A. Dubielis****P. Koszykowa** |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *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)** | **J. Tkaczyk****Samoobrona (K)** |  |  |  |
| **11.00 – 12.30** |  | **J. Tkaczyk****Samoobrona (K)** |  | **J. Tkaczyk****Samoobrona (K)** |  |
| **12.30 – 14.00** | **J. Czerwiński** **Joga** | **J. Czerwiński** **Joga** | **M. Jasko****Karate** |  |  |
| **14.00 – 15.30** | **J. Czerwiński** **Joga**  | **J. Czerwiński** **Joga** |  |  |  |
| **15.30 – 17.00** |  |  |  | **M. Jasko****Karate** |  |
| **17.00 - 18.30** |  | **M. Jasko****Karate** |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA WYKŁADOWA** - **CKF UMCS.**

**ZAJĘCIA TEORETYCZNE**

**K. Krawczyk – Poniedziałek godz. 9:30 – 11:00 Sala Wykładowa Budynek A**

**T. Bielecki – Wtorek godz. 8:00 – 9:30 Sala nr 3**

**M. Tarnowski – Środa godz. 20:00 – 21:30 Sala Wykładowa Budynek A**

**NORDIC WALKING**

**R. Skowroński – Środa godz. 14:00 – 15:30 Sala Wykładowa Budynek A**

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2019/2020 *SEMESTR LETNI*  SALA FITNESS – ROWERY**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień****Godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **08.00 – 09.30** | **G. Dankiewicz** | **G. Dankiewicz** |  |  |  |
| **09.30 – 11.00** | **B. Kędracki** | **K. Szafranek-Całka** | **K. Szafranek-Całka** |  | **Uniwersytet Medyczny** |
| **11.00 – 12.30** | **B. Kędracki** | **A.Tęcza-Hodun** | **K. Szafranek-Całka** |  | **K. Szafranek-Całka** |
| **12.30 – 14.00** |  | **Uniwersytet Medyczny** |  | **R. Skowroński** | **A.Tęcza-Hodun** |
| **14.00 – 15.30** |  | **M. Jasko** | **M. Jasko** | **R. Skowroński** |  |
| **15.30 – 17.00** |  |  | **R. Skowroński** |  |  |
| **17.00 – 18.30** |  |  |  |  | **W. Dankiewicz** |
| **18.30 – 20.00** |  |  | 1. **Dubielis**
 |  |  |
| **20.00 – 21.30** | **M. Tarnowski** |  |  |  |  |