**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2020/2021 *SEMESTR ZIMOWY*  - PŁYWALNIA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **Godz.** | PONIEDZIAŁEK | **WTOREK** | ŚRODA | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **08.00 – 08.45**  **08.45 – 09.30** |  |  |  | **T. Bielecki**  **NiD** |  |
| **09.30– 10.15**  **10.15 - 11.00** |  |  |  | **B. Kędracki**  **NiD** |  |
| **11.00 – 11.45**  **11.45 – 12.30** |  |  | **B. Kędracki**  **NiD** | **B. Kędracki**  **NiD** |  |
| **12.30 – 13.15**  **13.15 – 14.00** |  |  |  |  |  |
| **14.00 – 14.45**  **14.45 – 15.30** | **J. Czerwiński**  **(NPSP)** |  | **W. Dankiewicz  (NPSP)** |  |  |
| **15.30 – 16.15**  **16.15 – 17.00** |  |  |  |  |  |
| **17.00 – 17.45**  **17.45 – 18.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2020/2021 *SEMESTR ZIMOWY*  SALA AEROBIC (BUDYNEK B)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  | **Fitness**  **A. Kołodziejczyk** |  |  |  |
| **9.30–11.00** |  |  |  |  |  |
| **11.00–12.30** | **Fitness**  **A. Tęcza-Hodun** | **Fitness**  **A. Tęcza-Hodun** | **Fitness**  **A. Tęcza-Hodun** | **Fitness**  **K. Szafranek- Całka** | **Fitness**  **K. Szafranek- Całka** |
| **12.30–14.00** | **Fitness**  **K. Szafranek- Całka** |  |  |  |  |
| **14.00–15.30** |  |  |  |  | **Fitness**  **J. Gieroba** |
| **15.30–17.00** | **Fitness**  **A. Kołodziejczyk** |  |  |  |  |
| **17.00–18.30** |  |  |  |  |  |
| **18.30-20.00** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2020/2021 *SEMESTR ZIMOWY*  SIŁOWNIA – (BUDYNEK A)**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **Godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  | **A. Dubielis  (K)** |  |  |  |
| **9.30 – 11.00** |  |  |  |  | **K. Szafranek- Całka (K)** |
| **11.00–12.30** |  |  |  |  |  |
| **12.30–14.00** |  |  |  |  |  |
| **14.00–15.30** | **W. Welcz (M)** |  |  |  |  |
| **15.30–17.00** | **W. Welcz (M)** |  |  |  |  |
| **17.00–18.30** | **W. Welcz (M)** |  |  |  |  |
| **18.30–20.00** |  |  |  |  |  |
| **20.00–21.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2020/2021 *SEMESTR ZIMOWY*  SALA TRENINGU FUNKCJONALNEGO**

**( BUDYNEK B )**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **Godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | | **PIĄTEK** |
| **8.00 -9.30** |  |  | |  |  | |  |
| **9.30-11.00** |  |  | | **Trening funkcjonalny  A. Tęcza- Hodun** |  | |  |
| **11.00-12.30** |  |  | |  |  | |  |
| **12.30-14.00** |  |  | |  |  | |  |
| **14.00-15.30** |  |  | |  |  | |  |
| **15.30-17.00** | **T. Pasiak**  **Siłownia K** |  | |  |  | |  |
| **17.00-18.30** | **A. Kołodziejczyk**  **Siłownia K** |  | | **M. Tarnowski**  **Siłownia (NPSP)** |  | |  |
| **18.30-20.00** |  |  |  | |  |  | |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2020/2021 *SEMESTR ZIMOWY* SALA NR 1**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  |  | **Piłka siatkowa**  **( K )**  **A. Dubielis** | **Badminton**  **J. Krawczyk** |  |
| **9.30 – 11.00** |  | **Piłka Nożna**  **( M )**  **T. Bielecki** |  | **Badminton**  **J. Krawczyk** |  |
| **11.00 –12.30** |  | **Piłka Nożna**  **(M)**  **T. Bielecki** |  | **Piłka Nożna**  **(M)**  **T. Bielecki** |  |
| **12.30 - 14.00** |  | **Tenis stołowy**  **W. Dankiewicz** |  |  |  |
| **14.00 –15.30** |  | **Tenis stołowy**  **W. Dankiewicz** |  |  |  |
| **15.30 –17.00** |  | **Tenis stołowy**  **W. Dankiewicz** |  |  |  |
| **17.00 – 18.30** |  |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2020/2021 *SEMESTR ZIMOWY*  SALA NR 2**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  |  |  |  |  |
| **9.30 – 11.00** |  |  |  | **Piłka Nożna**  **( M )**  **T. Bielecki** |  |
| **11.00 –12.30** |  |  |  |  |  |
| **12.30 - 14.00** |  |  |  |  |  |
| **14.00 –15.30** |  |  |  |  |  |
| **15.30 –17.00** |  |  |  |  |  |
| **17.00 –18.30** |  |  |  |  |  |
| **18.30 - 20.00** |  |  |  |  |  |
| **20.00 - 21.30** | **Body Shape**  **M. Tarnowski** |  | **Body Shape**  **M. Tarnowski** |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2012/2021 *SEMESTR ZIMOWY*  SALA NR 3**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  |  |  |  |  |
| **9.30 – 11.00** |  | **Piłka Siatkowa  (K)**  **A. Dubielis** |  |  |  |
| **11.00 –12.30** |  |  |  |  |  |
| **12.30 - 14.00** |  |  |  |  |  |
| **14.00 –15.30** |  |  |  | **Piłka Siatkowa  (K)**  **A. Dubielis** |  |
| **15.30 –17.00** | **Piłka Koszykowa**  **A. Dubielis** |  |  | **Piłka Siatkowa  (M)**  **J. Rutkowski** |  |
| **17.00 –18.30** |  |  |  |  |  |
| **18.30 – 20.00** | **Piłka Siatkowa (K)**  **J. Rutkowski** |  |  |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2010/2021 *SEMESTR ZIMOWY S*ALA SPORTÓW WALKI (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** |  |  | |  |  |  |
| **14.00 – 15.30** |  |  | |  |  |  |
| **15.30 – 17.00** |  |  | |  |  |  |
| **17.00 - 18.30** |  |  |  | |  |  |

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2010/2021 *SEMESTR ZIMOWY S*ALA GIMNASTYKI 04 (BUDYNEK B)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień**  **Godz.** | PONIEDZIAŁEK | WTOREK | | **ŚRODA** | **CZWARTEK** | **PIĄTEK** |
| **8.00 – 9.30** |  |  | |  |  |  |
| **9.30 – 11.00** |  |  | |  | **Joga**  **J. Czerwiński** |  |
| **11.00 – 12.30** |  | **Gimnastyka NPSP**  **T. Pasiak** | |  |  |  |
| **12.30 – 14.00** |  |  | |  |  | **Gimnastyka NPSP T. Pasiak** |
| **14.00 – 15.30** |  |  | |  |  |  |
| **– 17.00** |  |  | | **Joga**  **J. Czerwiński** |  |  |
| **17.00 - 18.30** | **Boccia**  **T. Bielecki** |  |  | |  |  |

**ZAJĘCIA TEORETYCZNE ON-LINE (MS OFFICE TEAMS)**

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

**M. Tarnowski – Poniedziałek godz. 17:00 – 18:30**

**NORDIC WALKING**

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

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