

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2021/2022 – semestr letni SALA nr 1

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30	Badminton J.Krawczyk		Badminton J.Krawczyk				
09.30 – 11.00	Badminton J.Krawczyk	PN T. Bielecki	Badminton J.Krawczyk	PN T. Bielecki	PŚ K A. Dubielis		
11.00 – 12.30	Tenis stołowy W. Dankiewicz		PŚ M J. Rutkowski	PN T. Bielecki			
12.30 – 14.00	Tenis stołowy W. Dankiewicz	Tenis stołowy M. Granda	PŚ K W. Dankiewicz	Badminton W. Dankiewicz			
14.00 – 15.30		Tenis stołowy M. Granda	Tenis stołowy M. Granda	Badminton W. Dankiewicz	PŚ K W. Dankiewicz		
15.30 – 17.00	PŚ K A. Dubielis	Tenis stołowy M. Granda	Tenis stołowy M. Granda	PŚ K W. Dankiewicz			
17.00 – 18.30							
18.30 – 20.00							
20.00 – 21.30							
21.30 – 23.00							

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2021/2022 – semestr letni
SALA nr 2

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30							
09.30 – 11.00							
11.00 – 12.30							
12.30 – 14.00			PN T. Bednaruk				
14.00 – 15.30							
15.30 – 17.00			PN T. Bednaruk	PN T. Bednaruk			
17.00 – 18.30				PN T. Bednaruk			
18.30 – 20.00							
20.00 – 21.30							
21.30 – 23.00							

PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2021/2022**– semestr letni****SALA nr 3**

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30							
09.30 – 11.00							
11.00 – 12.30				PŚ M J. Rutkowski			
12.30 – 14.00							
14.00 – 15.30		PN T. Bednaruk					
15.30 – 17.00		PN T. Bednaruk	PŚ K A. Dubielis	Koszykówka J. Gieroba			
17.00 – 18.30	Body Shape M. Tarnowski	Sekcja sportowa NPSP T. Bielecki	Koszykówka A. Dubielis	PŚ M W. Dankiewicz			
18.30 – 20.00	Koszykówka A. Dubielis						
20.00 – 21.30							
21.30 – 23.00							

Dzień Godz.	PONIEDZIALEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8.00 – 9.30							
9.30 – 11.00							
11.00 – 12.30		Joga J. Czerwiński	Samoobrona kobiet M. Szewczyk		Samoobrona kobiet M. Szewczyk		
12.30 – 14.00		Samoobrona kobiet M. Szewczyk					
14.00 – 15.30				Samoobrona kobiet M. Szewczyk			
15:30 – 17.00		Samoobrona mężczyzn M. Szewczyk					
17.00 – 18.30	Joga J. Czerwiński						
18.30 – 20:00							
20.00 – 21.30							

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2021/2022**semestr letni****sala treningu 04 – Budynek B**

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8.00 - 9.30							
09.30 – 11.00							
11.00 – 12.30				Gimnastyka T. Pasiak			
12.30 – 14.00		Gimnastyka T. Pasiak					
14.00 – 15.30							
15.30 – 17.00							
17.00 – 18.30		Joga A. Mostowska	Joga A. Mostowska	Joga A. Mostowska	Joga A. Mostowska		
18.30 – 20.00		Joga A. Mostowska		Joga A. Mostowska	Joga A. Mostowska		
20.00 – 21.30							

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2021/2022
semestr I e t n i
SIŁOWNIA - budynek A

dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30		Silownia M W. Welcz		Silownia M J. Rutkowski			
09.30 – 11.00	Silownia M G. Dankiewicz	Silownia K A. Kołodziejczyk		Silownia M J. Rutkowski	Silownia M A. Tęcza- Hodun		
11.00 – 12.30	Silownia K T. Pasiak				Silownia K W. Dankiewicz		
12.30 – 14.00	Silownia K T. Pasiak						
14.00 – 15.30	Silownia M W. Welcz						
15.30 – 17.00	Silownia M W. Welcz	Silownia M A. Mostowska		Silownia M M. Granda	Silownia M J. Gieroba		
17.00 – 18.30	Silownia M W. Welcz	Silownia M T. Bednaruk					
18.30 – 20.00	Silownia M W. Welcz	Silownia M J. Gieroba					
20.00 – 21.30		Silownia K J. Gieroba					
21.30 - 23.00							

SIŁOWNIA A

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2021/2022 semestr I e t n i

SALA AEROBIC (Budynek B)

Dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30	a	Fitness A. Kołodziejczyk	Fitness A. Kołodziejczyk				
09.30 – 11.00	Fitness A. Tęcza- Hodun						
11.00 – 12.30		Fitness A. Tęcza- Hodun		Fitness A. Tęcza- Hodun	Fitness A. Tęcza- Hodun		
12.30 – 14.00		Fitness K. Szafranek- Calka	Fitness K. Szafranek	Fitness K. Szafranek- Calka	Fitness K. Szafranek- Calka		
14.00 – 15.30	Fitness A. Kołodziejczyk	Fitness M. Szewczyk			Fitness M. Szewczyk		
15.30 – 17.00							
17.00 – 18.30					Fitness J. Gieroba		
18.30 – 20.00			Fitness A. Mostowska	Fitness J. Gieroba			
20.00 – 21.30							

(Budynek B)

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI**2021/2022****semestr l e t n i****07 – ROWERY**

godz. dzień	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30		G. Dankiewicz					
09.30 – 11.00							
11.00 – 12.30							
12.30 – 14.00							
14.00 – 15.30							
15.30 – 17.00	A. Kołodziejczyk						
17.00 – 18.30		J. Gieroba					
18.30 – 20.00				M. Tarnowski			
20.00 – 21.30	M. Tarnowski						
21.30 - 23.00							

07 – ROWERY

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI
2021/2022
semestr I e t n i
Pływania

dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30	N i D G. Dankiewicz	N i D T. Bielecki		N i D T. Bielecki			
09.30 – 11.00	N i D B. Kędracki	N i D J. Czerwiński	N i D G. Dankiewicz				
11.00 – 12.30	N i D B. Kędracki	N i D K. Szafranek- Calka	N i D T. Pasiak		Aquaaerobic K. Szafranek- Calka		
12.30 – 14.00	N i D A. Tęcza- Hodun		N i D T. Pasiak	N i D T. Pasiak	N i D W. Dankiewicz		
	Aquaaerobic K. Szafranek- Calka						
14.00 – 15.30	NPSP W. Dankiewicz		NPSP W. Dankiewicz				
15.30 – 17.00			N i D W. Dankiewicz				
17.00 – 18.30							
18.30 – 20.00							
20.00 – 21.30							

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI
2021/2022
semestr I e t n i
Sala treningu funkcjonalnego- budynek B

dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30			Silownia K G. Dankiewicz				
09.30 – 11.00	Silownia K K. Krawczyk	Silownia K G. Dankiewicz	Silownia M J. Rutkowski	Trening funkcjonalny A. Tęcza- Hodun			
11.00 – 12.30	Trening funkcjonalny A. Tęcza-Hodun	Silownia K A. Kołodziejczyk	Trening funkcjonalny K. Szafranek- Calka	Silkownia K K. Szafranek- Calka			
12.30 – 14.00	Silownia K A. Kołodziejczyk	Trening funkcjonalny A. Tęcza- Hodun	Trening funkcjonalny M. Szewczyk	Silkownia K M. Szewczyk	Silownia K M. Szewczyk		
14.00 – 15.30	Silownia K A. Tęcza- Hodun	Silkownia K A. Mostowska	Silownia M T. Bednaruk	Silownia K M. Granda			
15.30 – 17.00			Silownia M A. Mostowska	Silownia K M. Szewczyk			
17.00 – 18.30	Trening funkcjonalny A. Kołodziejczyk		Silownia NPSP M. Tarnowski	Trening funckcjonalny J. Gieroba			
18.30 – 20.00							
20.00 – 21.30				Silownia M J. Gieroba			

PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI**2021/2022****semestr I e t n i****Sala wykładowa- Budynek A- sala 18**

dzień godz.	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
08.00 – 09.30							
09.30 – 11.00				Nordic Walking K. Krawczyk			
11.00 – 12.30	Nordic walking K. Krawczyk						
12.30 – 14.00							
14.00 – 15.30							
15.30 – 17.00							
17.00 – 18.30							
18.30 – 20.00			Teoria online A. Dubielis	Teoria online M. Tarnowski			
20.00 – 21.30							