

<b>Dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>		<b>Badminton J. Krawczyk</b>	<b>Badminton J. Krawczyk</b>	<b>Badminton J. Krawczyk</b>	
<b>09.30 – 11.00</b>	<b>Tenis stołowy W. Dankiewicz</b>	<b>Badminton J. Krawczyk</b>	<b>Badminton J. Krawczyk</b>	<b>Badminton J. Krawczyk</b>	<b>Tenis stołowy M. Granda</b>
<b>11.00 – 12.30</b>	<b>Tenis stołowy W. Dankiewicz</b>	<b>Badminton W. Dankiewicz</b>		<b>Siatkówka K W. Dankiewicz</b>	<b>Tenis stołowy M. Granda</b>
<b>12.30 – 14.00</b>	<b>Badminton A. Dubielis</b>		<b>Tenis stołowy W. Dankiewicz</b>	<b>Tenis stołowy M. Granda</b>	<b>Tenis stołowy M. Granda</b>
<b>14.00 – 15.30</b>	<b>Siatkówka K A. Dubielis</b>	<b>Siatkówka M W. Dankiewicz</b>	<b>Tenis stołowy W. Dankiewicz</b>	<b>Tenis stołowy M. Granda</b>	
<b>15.30 – 17.00</b>	<b>Badminton M. Tarnowski</b>			<b>Tenis stołowy M. Granda</b>	
<b>17.00 – 18.30</b>					<b>Badminton M. Tarnowski</b>
<b>18.30 – 20.00</b>					
<b>20.00 – 21.30</b>					
<b>21.30 – 23.00</b>					

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2023/2024 – semestr letni**

**SALA nr 2**

<b>Dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>					
<b>09.30 – 11.00</b>		<b>Pilka nożna M T. Bielecki</b>		<b>Pilka nożna M T. Bielecki</b>	
<b>11.00 – 12.30</b>		<b>Pilka nożna M T. Bielecki</b>		<b>Pilka nożna M T. Bielecki</b>	
<b>12.30 – 14.00</b>					
<b>14.00 – 15.30</b>			<b>Pilka nożna M T. Bednaruk</b>		
<b>15.30 – 17.00</b>		<b>Pilka nożna M T. Bednaruk</b>	<b>Pilka nożna M T. Bednaruk</b>	<b>Pilka nożna M T. Bednaruk</b>	
<b>17.00 – 18.30</b>					
<b>18.30 – 20.00</b>					
<b>20.00 – 21.30</b>					
<b>21.30 – 23.00</b>					

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2023/2024 – semestr letni SALA nr 3**

<b>Dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>					
<b>09.30 – 11.00</b>					<b>Siatkówka K A. Dubielis</b>
<b>11.00 – 12.30</b>	<b>Siatkówka K G. Dankiewicz</b>		<b>Siatkówka M W. Dankiewicz</b>		
<b>12.30 – 14.00</b>	<b>Siatkówka M W. Dankiewicz</b>	<b>Siatkówka K A. Dubielis</b>		<b>Koszykówka W. Dankiewicz</b>	
<b>14.00 – 15.30</b>		<b>Siatkówka K A. Dubielis</b>	<b>Siatkówka K A. Dubielis</b>		
<b>15.30 – 17.00</b>	<b>Koszykówka A. Dubielis</b>	<b>Koszykówka A. Dubielis</b>	<b>Koszykówka A. Dubielis</b>		
<b>17.00 – 18.30</b>			<b>Siatkówka M T. Bednaruk</b>		
<b>18.30 – 20.00</b>					
<b>20.00 – 21.30</b>					
<b>21.30 – 23.00</b>					

**PLAN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO NA ROK AKADEMICKI 2023/2024 – semestr letni SALA sportów walki Budynek B**

<b>Dzień Godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>8.00 – 9.30</b>					
<b>9.30 – 11.00</b>		<b>Zdrowy kręgosłup A. Kołodziejczyk</b>	<b>Zdrowy kręgosłup A. Kołodziejczyk</b>		<b>Samoobrona K T. Borkowski</b>
<b>11.00 – 12.30</b>		<b>Joga K A. Kołodziejczyk</b>			<b>Samoobrona M T. Borkowski</b>
<b>12.30 – 14.00</b>	<b>Joga K A. Kołodziejczyk</b>	<b>Joga K K. Szafranek- Całka</b>			
<b>14.00 – 15.30</b>					
<b>15:30 – 17.00</b>		<b>Samoobrona K T. Borkowski</b>		<b>Samoobrona K T. Borkowski</b>	
<b>17.00 – 18.30</b>		<b>Samoobrona M T. Borkowski</b>			
<b>18.30 – 20:00</b>					
<b>20.00 – 21.30</b>					

<b>Dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>8.00 - 9.30</b>					
<b>09.30 – 11.00</b>					
<b>11.00 – 12.30</b>	<b>Gimnastyka lecz. K. Szafranek- Calka</b>		<b>Joga K J. Czerwiński</b>		
<b>12.30 – 14.00</b>			<b>Joga K A. Mostowska</b>	<b>Gimnastyka lecz. K. Szafranek- Calka</b>	
<b>14.00 – 15.30</b>	<b>Joga K A. Mostowska</b>				
<b>15.30 – 17.00</b>		<b>Joga K J. Czerwiński</b>		<b>Joga K A. Mostowska</b>	
<b>17.00 – 18.30</b>	<b>Joga K A. Mostowska</b>	<b>Joga K J. Czerwiński</b>	<b>Joga M A. Mostowska</b>		
<b>18.30 – 20.00</b>	<b>Zajęcia teoretyczne A. Dubielis</b>			<b>Pilates z el. Stretchingu T. Borkowski</b>	
<b>20.00 – 21.30</b>					

**PLAN ZAJĘĆ NA ROK AKADEMICKI 2023/2024**

**semestr letni**

**SIŁOWNIA - budynek A**

<b>dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>		<b>Siłownia M W. Welcz</b>			
<b>09.30 – 11.00</b>				<b>Siłownia M W. Dankiewicz</b>	
<b>11.00 – 12.30</b>		<b>Siłownia M J. Krawczyk</b>			
<b>12.30 – 14.00</b>		<b>Siłownia M W. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia M M. Granda</b>		
<b>14.00 – 15.30</b>	<b>Siłownia M W. Welcz</b>				<b>Siłownia M W. Welcz</b>
<b>15.30 – 17.00</b>	<b>Siłownia M W. Welcz</b>		<b>Siłownia K M. Tarnowski</b>		<b>Siłownia M W. Welcz</b>
<b>17.00 – 18.30</b>	<b>Siłownia M W. Welcz</b>			<b>Siłownia K T. Bednaruk</b>	<b>Siłownia M W. Welcz</b>
<b>18.30 – 20.00</b>	<b>Siłownia M W. Welcz</b>	<b>Siłownia K M. Tarnowski</b>			<b>Siłownia M W. Welcz</b>
<b>20.00 – 21.30</b>					

<b>Dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>		<b>Fitness K. Szafranek- Calka</b>	<b>Fitness A. Kołodziejczyk</b>	<b>Fitness K. Szafranek- Calka</b>	
<b>09.30 – 11.00</b>	<b>Fitness K. Szafranek- Calka</b>				
<b>11.00 – 12.30</b>		<b>Fitness K. Szafranek- Calka</b>		<b>Joga K K. Szafranek- Calka</b>	<b>Fitness K. Szafranek- Calka</b>
<b>12.30 – 14.00</b>	<b>Pilates z elementami stretchingu K. Szafranek- Calka</b>	<b>Fitness A. Kołodziejczyk</b>		<b>Fitness A. Mostowska</b>	
<b>14.00 – 15.30</b>	<b>Fitness A. Kołodziejczyk</b>	<b>Fitness A. Kołodziejczyk</b>	<b>Fitness A. Mostowska</b>	<b>Fitness A. Mostowska</b>	
<b>15.30 – 17.00</b>	<b>Fitness A. Kołodziejczyk</b>				
<b>17.00 – 18.30</b>	<b>Body shape M. Tarnowski</b>		<b>Body shape M. Tarnowski</b>		
<b>18.30 – 20.00</b>					
<b>20.00 – 21.30</b>					

<b>dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>		
<b>09.30 – 11.00</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia K K. Krawczyk</b>	<b>Trening funkcjonalny T. Bednaruk</b>
<b>11.00 – 12.30</b>	<b>Siłownia K K. Krawczyk</b>	<b>Siłownia K G. Dankiewicz</b>	<b>Siłownia K A. Kołodziejczyk</b>	<b>Siłownia K M. Granda</b>	<b>Siłownia K T. Bednaruk</b>
<b>12.30 – 14.00</b>		<b>Siłownia K T. Bednaruk</b>	<b>Siłownia K A. Dubielis</b>		
<b>14.00 – 15.30</b>	<b>Siłownia K W. Dankiewicz</b>	<b>Trening funkcjonalny T. Bednaruk</b>	<b>Siłownia K M. Granda</b>		<b>Siłownia K M. Granda</b>
<b>15.30 – 17.00</b>			<b>Siłownia M M. Granda</b>		
<b>17.00 – 18.30</b>	<b>Siłownia K A. Kołodziejczyk</b>	<b>Siłownia K T. Bednaruk</b>			
<b>18.30 – 20.00</b>					
<b>20.00 – 21.30</b>					



<b>dzień godz.</b>	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>
<b>08.00 – 09.30</b>					
<b>09.30 – 11.00</b>	<b>Nordic walking K. Krawczyk</b>	<b>Nordic walking B. Kędracki</b>	<b>Nordic walking B. Kędracki</b>		
<b>11.00 – 12.30</b>		<b>Nordic walking B. Kędracki</b>	<b>Nordic walking B. Kędracki</b>		
<b>12.30 – 14.00</b>					
<b>14.00 – 15.30</b>					
<b>15.30 – 17.00</b>					
<b>17.00 – 18.30</b>					
<b>18.30 – 20.00</b>		<b>Nordic walking T. Borkowski</b>		<b>Zajęcia teoretyczne M. Tarnowski</b>	
<b>20.00 – 21.30</b>					

**Wycieczka rowerowa- mgr K. Szafranek- Calka- środa (szczegóły do ustalenia z prowadzącą)**