

## Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr letni w roku akademickim 2017/2018

### Centrum Rekreacyjno-Sportowe Bielany (ul. Lindego 20, Warszawa)

#### Sala fitness CRS-Bielany

Limit w grupach – 18 osób.

Godzina zajęć	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<b>8.00-9.30</b>	Aerobik mgr Barbara Glasek (gr. 1)	Aerobik mgr Barbara Glasek (gr. 3)	Aerobik mgr Agnieszka Kulińska (gr. 5)	Aerobik mgr Agnieszka Kulińska (gr. 7)	Aerobik mgr Agnieszka Kulińska (gr. 9)
<b>9.30-11.00</b>	Aerobik mgr Barbara Glasek (gr. 2)	Aerobik mgr Barbara Glasek (gr. 4)	Aerobik mgr Agnieszka Kulińska (gr. 6)	Aerobik mgr Agnieszka Kulińska (gr. 8)	Aerobik mgr Agnieszka Kulińska (gr. 10)
<b>11.00-12.30</b>	Fitness mgr Barbara Glasek (gr. 1)	Fitness mgr Barbara Glasek (gr. 2)	Fitness mgr Agnieszka Kulińska (gr. 3)	Fitness mgr Agnieszka Kulińska (gr. 5)	Fitness mgr Agnieszka Kulińska (gr. 7)
<b>12.30-14.00</b>			Fitness mgr Agnieszka Kulińska (gr. 4)	Fitness mgr Agnieszka Kulińska (gr. 6)	Fitness mgr Agnieszka Kulińska (gr. 8)

#### siłownia CRS-Bielany

Limit w grupach – 16 osób.

Godzina zajęć	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<b>9.30-11.00</b>					Siłownia mgr Lukasz Popielarski (gr. 5)
<b>10.30-12.00</b>			Siłownia mgr Lukasz Popielarski (gr. 3)	Siłownia mgr Lukasz Popielarski (gr. 4)	
<b>12.30-14.00</b>	Siłownia mgr Barbara Glasek (gr. 1)	Siłownia mgr Barbara Glasek (gr. 2)			

### ZSSiL nr 2, al. Jana Pawła II 69

#### Pływalnia

Limit w grupach – 15 osób!

Godzina zajęć	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
<b>15.00-15.30</b>	Pływanie mgr Grzegorz Żak (gr. 1)		Pływanie mgr Grzegorz Żak (gr. 3)	Pływanie mgr Marek Dudkiewicz (gr. 5)	Pływanie mgr Marek Dudkiewicz (gr. 7)
<b>15.30-16.00</b>	Pływanie mgr Grzegorz Żak (gr. 2)		Pływanie mgr Grzegorz Żak (gr. 4)	Pływanie mgr Marek Dudkiewicz (gr. 6)	Pływanie mgr Marek Dudkiewicz (gr. 8)

# Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr letni w roku akademickim 2017/2018

## Zajęcia w Zespole Szkół nr 49 (ul. Tolstoja 2, Bielany)

### Sala gimnastyczna - blok sportowy

Limit w grupach – 18 osób.

Godzina zajęć	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
16.00-17.30	Piłka siatkowa mgr Sławomir Jędrych (gr. 1)	Piłka koszykowa mgr Artur Konior (gr. 2)	Piłka koszykowa mgr Artur Konior (gr. 3)	Samoobrona mgr Łukasz Popielarski (gr. 1)	Samoobrona mgr Łukasz Popielarski (gr. 4)
	Piłka koszykowa mgr Marek Dudkiewicz (gr. 1)	Piłka siatkowa mgr Sławomir Jędrych (gr. 5)	Piłka siatkowa mgr Marek Dudkiewicz (gr. 9)	Taniec towarzyski mgr Krzysztof Jakubowski (gr. 1)	Taniec towarzyski mgr Krzysztof Jakubowski (gr. 4)
17.30-19.00	Piłka siatkowa mgr Sławomir Jędrych (gr. 2)	Piłka siatkowa mgr Artur Konior (gr. 6)	Piłka siatkowa mgr Artur Konior (gr. 10)	Samoobrona mgr Łukasz Popielarski (gr. 2)	Samoobrona mgr Łukasz Popielarski (gr. 5)
	Piłka siatkowa mgr Marek Dudkiewicz (gr. 3)	Piłka siatkowa mgr Sławomir Jędrych (gr. 7)	Piłka siatkowa mgr Marek Dudkiewicz (gr. 11)	Taniec towarzyski mgr Krzysztof Jakubowski (gr. 1)	Taniec towarzyski mgr Krzysztof Jakubowski (gr. 5)
19.00-20.30	Piłka siatkowa mgr Sławomir Jędrych (gr. 4)	Piłka nożna mgr Artur Konior (gr. 3)	Piłka nożna mgr Artur Konior (gr. 5)	Samoobrona mgr Łukasz Popielarski (gr. 3)	Samoobrona mgr Łukasz Popielarski (gr. 6)
	Piłka nożna mgr Marek Dudkiewicz (gr. 1)	Piłka siatkowa mgr Sławomir Jędrych (gr. 8)	Piłka siatkowa mgr Marek Dudkiewicz (gr. 12)	Taniec towarzyski mgr Krzysztof Jakubowski (gr. 3)	Taniec towarzyski mgr Krzysztof Jakubowski (gr. 6)
20.30-22.00	Wspinaczka mgr Sławomir Jędrych (gr. 1)	Piłka nożna mgr Artur Konior (gr. 4)	Piłka siatkowa mgr Artur Konior (gr. 13)	Gimnastyka korekcyjna mgr Beata Jakubowska (gr. 1)	Gimnastyka korekcyjna mgr Beata Jakubowska (gr. 2)
	Piłka nożna mgr Marek Dudkiewicz (gr. 2)	Wspinaczka mgr Sławomir Jędrych (gr. 2)	Piłka nożna mgr Marek Dudkiewicz (gr. 6)		

## Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr letni w roku akademickim 2017/2018

### Zajęcia w terenie

#### Nordic Walking\*

Limit w grupach – 20 osób (9 spotkań po 3 godz. dyd.).

	Poniedziałek**	Wtorek**	Środa	Czwartek***	Piątek***
	15.00-17.15 Nordic Walking mgr Zbigniew Żuk (gr. 1)	16.00-18.15 Nordic Walking mgr Zbigniew Żuk (gr. 2)		9.00-11.15 Nordic Walking mgr Zbigniew Żuk (gr. 3)	9.00-11.15 Nordic Walking mgr Zbigniew Żuk (gr. 5)
				11.15-13.30 Nordic Walking mgr Zbigniew Żuk (gr. 4)	

\* Terminy spotkań są podane w USOS do zajęć

\*\* Lokalizacja spotkań: Las Bielański, ul. Podleśna, 100 metrów przed ul. Gwiazdzystą

\*\*\* Lokalizacja spotkań: park Młociński, ul. Papirusów

#### Konwersatorium

limit 40 osób

Godzina zajęć	Czwartek	Środa
8.00-9.30	Historia Kultury Fizycznej mgr Barbara Głasek (gr. 1)	ul. Wóycickiego 1/3
16.00-17.30	Historia Kultury Fizycznej mgr Barbara Głasek (gr. 2)	ul. Dewajtis 5

#### Szachy

ul. Wóycickiego, 1/3

limit 20 osób

Godzina zajęć	Środa
11.30-13.00	Szachy mgr Joanna Skurzak (gr. 1)