

WYCHOWANIE FIZYCZNE DO WYBORU DLA STUDENTÓW I ROCZNIKÓW sem. letni 2023/24

PONIEDZIAŁEK	Hala sportowa	Sala lustrzana - korekcyjna	Siłownia 1i2	Sala sportów walki	Pływalnia KANS
8.00 – 9.30	<i>Piłka nożna/futsal</i> mgr Kołodziejczyk J.	<i>Fitness</i> mgr Wojtczak M.	<i>Trening siłowy i funkcjonalny</i> mgr Koperek M.	<i>Krav maga</i> Mężczyźni mgr Rokitka M.	<i>Aquafitness</i> mgr Nyc M.
9.45 – 11.15	1)Tenis ziemny mgr Kaszewski M. 2) Koszykówka 3x3 mgr Koperek M.	<i>Fitness</i> mgr Wojtczak M.	<i>Trening siłowy i funkcjonalny</i> dr Jonak Tomasz	<i>Krav maga</i> Kobiety mgr Rokitka M.	1) Gry i zbawy w wodzie z el. pływania- gr1 mgr NYC M. 2)Gry i zabawy w wodzie z el. pływania - gr 2 mgr Lara W.
Zajęcia popołudniowe					
Wtorek: 16.30 – 18.45 23IV,7V,14V,28V,4VI Czwartek: 16.30 – 18.45 18IV,25IV,9V, 23V, 6VI Pierwsze spotkania HALA SPORTOWA		<i>Siatkówka plażowa</i> mgr Jasnos J.			

Zajęcia weekendowe (wg indywidualnych ustaleń)

Turystyka piesza – *górska* i terenowa z mgr Bednarek E. gr 1 i gr 2

Turystyka piesza - terenowa z mgr Klamut E. (jedna grupa)

ZAPRASZAMY RÓWNIEŻ DO ZAPISYWANIA SIĘ DO SEKCJI AZS KANS (w tej sprawie prosimy kontaktować się z Panem dr Tomaszem Jonakiem lub mgr Michałem Niemczakiem)