|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Poniedziałek | Wtorek | środa | Czwartek | Piątek |
| Sala gimnastyczna | Siłownia | TerenSCK | Sala gimnastyczna | Siłownia | Sala WSDSCK, teren | Sala gimnastyczna | Siłownia | BasenSCK | Sala gimnastyczna | Siłownia | TerenSCK | Sala gimnastyczna | Siłownia | Legenda do planu |
| Fitness**ED**8.00-9.30 |  | Taniec nowoczesny**ŻK**8.00-9.30 |  | Tr.ogólnor. ( siłownia) **MP**7.30-9.00 | Taniec nowoczesny**ŻK**8.00-9.30 |  Fitness **ED**7.30-9.00 | Fitness**MZ**7.30-9.00 | Pływanie**KN**7.45-9.15  |   | Tr. ogólnor.( siłownia) **KN**7.30-9.00 |  |  | Kulturystyka**KN**8.00-9.30 | **JT-** dr Jacek Taborski**KG** - Karol Gontarz |
|  |  Tr.ogólnor.( siłownia)**MD**9.30-11.00 | Taniec nowoczesny**ŻK**9.30-11.00 | Badminton**MP**9.00-10.30 |  | Taniec nowoczesny**ŻK**9.30-11.00 | Tenis Stołowy **MZ**9.00-10.30 |  Tr.ogólnor.( siłownia)**ED**9.00-10.30 | Pływanie**JT**7.45-9.15  |   |  Tr.ogólnor.( siłownia) **KN**9.00-10.30 |  |  |  | **ED -** mgr Ewa Dachnowska**KCH -** mgr Katarzyna Chojnowska |
|  |   | Dance fitness**MZ**11.00-12.30 | Badminton**MP**10.30-12.00 |  | Taniec nowoczesny**ŻK**11.00-12.30 | Tenis Stołowy**JC**10.30-12.00 |  Tr.ogólnor.( siłownia)**MZ**10.30-12.00 | Pilates**KCH**9.00-10.30 |   |  | Marszobiegi**KN**12.30-14.00 | Trening dla niepełnospr.**JT**10.30-12.00  |  | **KN -** mgr Katarzyna Nawarecka |
| Badminton**ED**13.00-14.30 |  Tr.ogólnor.( siłownia)**JT**12.00- 13.30 | Dance fitness**MZ**12.30-14.00 |  |  Tr.ogólnor.( siłownia)**KCH** 11.30-13.00 |  | Tenis stołowy**JC**12.00-13.30 |  Tr.ogólnor.( siłownia)**KCH**12.00-13.30 | Pilates**KCH**10.30-12.00 |  Badminton**MP**12.00-13.30 |   |  |  | Kulturystyka**MD**11.30-13.00 | **ŻK -** mgr Żaneta Kobylańska**MZ -** mgr MartaZdzuj |
| Fitness**ED**14.30-16.00 | Kulturystyka**MP**13.30-15.00 | Pilates **KCH**12.30-14.00 | P.siatkowa koed.**KCH**13.00-14.30 | Kulturystyka**JT**13.30-15.00 |  | Badminton**JT**13.30-15.00 |  |   | Badminton**MP**13.30-15.00 |  |  |  |  | **MP -** mgr Mariusz Pająk |
| Badminton**MP**15.00-16.30 |  | Pilates **KCH**14.00-15.30 | Koszykówka koed**JT**15.00-16.30 |  |  | Badminton**JT**15.00-16.30 |  |  |  | Kulturystyka**JC**15.00-16.30 | Pilates-Sekcja **KCH**pracownicy16.00-17.00 |  |  | **JC -** mgr Jacek Cieśliński**MD -** mgr Marcin Dubiel |
|  | Full body workout**MP**16.30-18.00 | Gry umysł. ( zwolń lek. )**KN**15.00-16.30( LO S.113) | Legia akademicka16.30-18.00 |  | Piłka nożna16.00-17.30**JC**  (Sala WSD) |  | Kulturystyka**MD**16.00-17.30 |  | Legia akademicka16.30-18.00 | Kulturystyka**JC**16.30-18.00 |  |  |  | Kursy ogólnouczelniane |
| K.O Badmiton**MP**18.00-19.30 | K.O.Kulturystyka**KN**18.00-19.30 |  | Sekcja Badminton**KG**18.00-21.00  |  | Sekcja Piłka nożna17.30-19.00**JC**( sala WSD) | Sekcja Piłki siatkowej kob.**MD**17.30-19.00 |  |  | Tenis stołowy**JC**18.00-19.30 | Kulturystyka**JT**18.00-19.30 |  |  |  | Sekcje sportowe AZS |
|  |  |  |  |  |  | Sekcja Piłki siatkowej męż**MD**19.00-20.30 |  |  | Sekcja Koszykówki**JT**19.30-21.00 | Sekcja Kulturystyka**JC**19.30-21.00 |  |  |  | Legia akademicka |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Trening dla osób z niepełnospr. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |