|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Poniedziałek | | | Wtorek | | | środa | | | Czwartek | | | Piątek | | | | |
| Sala gimnastyczna | Siłownia | Teren  SCK | Sala gimnastyczna | Siłownia | Sala WSD  SCK, teren | Sala gimnastyczna | Siłownia | Basen  SCK | Sala gimnastyczna | Siłownia | Teren  SCK | 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**  pracownicy  16.00-17.00 |  |  | **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 akademicka  16.30-18.00 |  | Piłka nożna  16.00-17.30  **JC**  (Sala WSD) |  | Kulturystyka  **MD**  16.00-17.30 |  | Legia akademicka  16.30-18.00 | 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 nożna  17.30-19.00  **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. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |