**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** | ***Piłka nożna/futsal***mgr Kołodziejczyk J. | ***Fitness***mgr Wojtczak M. | ***Trening siłowy*** ***i funkcjonalny***mgr Koperek M. | ***Krav maga*** Mężczyźnimgr Rokitka M. |  ***Aquafitness***mgr Nyc M. |
| **9.45 – 11.15** | ***1)Tenis ziemny***mgr Kaszewski M.**2) *Koszykówka 3x3***mgr Koperek M. | ***Fitness***mgr Wojtczak M. | ***Trening siłowy*** ***i funkcjonalny***dr Jonak Tomasz | ***Krav maga*** Kobietymgr 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 – 18.4523IV,7V,14V,28V,4VI**Czwartek**: 16.30 – 18.4518IV,25IV,9V, 23V, 6VIPierwsze spotkania HALA SPORTOWA | ***Siatkówka plażowa***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)