

## HARMONOGRAM ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

rok akademicki 2023/2024

| Dzień tygodnia | Rodzaj zajęć                                       | Godziny       | Prowadzący                  | SALA                        |
|----------------|--|---------------|-----------------------------|-----------------------------|
| poniedziałek   | <b>ZDROWY KRĘGOSŁUP<br/>+ STRETCHING</b>           | 20.00 – 21.30 | mgr Magdalena Piątkiewicz   | MAŁA sala<br>(z lustrami)   |
| wtorek         | <b>YOGA</b>  | 16.30 - 18.00 | mgr Magdalena Wojciechowska | DUŻA sala<br>(z drabinkami) |
| wtorek         | <b>PILATES</b>                                     | 18.30 – 20.00 | mgr Katarzyna Młynarczyk    | MAŁA sala<br>(z lustrami)   |
| wtorek         | <b>AEROBIC</b>                                     | 20.00 – 21.30 | mgr Katarzyna Młynarczyk    | MAŁA sala<br>(z lustrami)   |
| środa          | <b>GRY ZESPOŁOWE</b><br>siatkówka                  | 8.00 – 9.30   | mgr Tomasz Lisowski         | DUŻA sala<br>(z drabinkami) |
| środa          | <b>YOGA</b>  | 18.15 – 19.45 | mgr Magdalena Wojciechowska | DUŻA sala<br>(z drabinkami) |
| czwartek       | <b>YOGA</b>  | 16.30 – 18.00 | mgr Magdalena Wojciechowska | DUŻA sala<br>(z drabinkami) |
| czwartek       | <b>GRY ZESPOŁOWE</b><br>koszykówka, piłka<br>nożna | 18.00 – 19.30 | mgr Tomasz Lisowski         | DUŻA sala<br>(z drabinkami) |
| czwartek       | <b>GRY ZESPOŁOWE</b><br>siatkówka                  | 19.30 – 21.00 | mgr Tomasz Lisowski         | DUŻA sala<br>(z drabinkami) |