

Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr zimowy w roku akademickim 2022/2023
 Centrum Sportowe UKSW (ul.Wóycickiego 1/3, bud. 5)

Hala Sportowa

Godzina zajęć	Poniedziałek		Wtorek		Środa		Czwartek		Piątek	
	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B
8.00-9.30							Piłka nożna gr. 2		Piłka nożna gr. 4	
...	
14.30-16.00	Piłka siatkowa gr. 1	Piłka koszykowa gr. 1	Piłka siatkowa gr. 7	Piłka koszykowa gr. 3	Piłka siatkowa gr. 13	Piłka koszykowa gr. 5				
16.00-17.30	Piłka siatkowa gr. 2	Piłka koszykowa gr. 2	Piłka siatkowa gr. 8	Piłka koszykowa gr. 4	Piłka siatkowa gr. 14	Piłka koszykowa gr. 6	Piłka siatkowa gr. 19	Piłka koszykowa gr. 7	Piłka siatkowa gr. 24	Piłka koszykowa gr. 8
17.30-19.00	Piłka siatkowa gr. 3	Piłka siatkowa gr. 4	Piłka siatkowa gr. 9	Piłka siatkowa gr. 10	Piłka siatkowa gr. 15	Piłka siatkowa gr. 16	Piłka siatkowa gr. 20	Piłka siatkowa gr. 21	Piłka siatkowa gr. 25	Piłka siatkowa gr. 26
19.00-20.30	Piłka siatkowa gr. 5	Piłka siatkowa gr. 6	Piłka siatkowa gr. 11	Piłka siatkowa gr. 12	Piłka siatkowa gr. 17	Piłka siatkowa gr. 18	Piłka siatkowa gr. 22	Piłka siatkowa gr. 23	Piłka nożna gr. 5	
20.30-22.00			Piłka nożna gr. 1				Piłka nożna gr. 3			

Limity:

Piłka nożna – 24

Piłka siatkowa – 20

Piłka koszykowa – 20

Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr zimowy w roku akademickim 2022/2023
 Centrum Sportowe UKSW (ul.Wóycickiego 1/3, bud. 5)

Sala fitness

Godzina zajęć	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek
8.00-9.30	Pilates gr. 1	Pilates gr. 2	Aerobik gr. 1	Aerobik gr. 2
9.30-11.00	Taniec towarzyski gr. 1	Taniec towarzyski gr. 2	Pilates gr. 3	Pilates gr. 4
11.00-12.30	TBC gr. 1	TBC gr. 2	TBC gr. 3	TBC gr. 4
12.30-14.00	Gimnastyka korekcyjna gr. 1	Gimnastyka korekcyjna gr. 2	Pilates gr. 5	Pilates gr. 6

Limit – 20

Godzina zajęć	Poniedziałek	Środa	Czwartek	Piątek
14.30-16.45	Nordic Walking gr. 1	Nordic Walking gr. 2		
15.00-17.15				Nordic Walking gr. 4
16.15-18.30			Nordic Walking gr. 3	

Limit – 25 os. w grupie (Miejsce zbiórki - Centrum Sportowe UKSW, ul.Wóycickiego 1/3, bud. 5)

Godzina zajęć	Nazwa
8.00-9.30 piątek	Historia Kultury Fizycznej Konwersatorium, gr. 1, budynek 15, sala 1542
16:45-18:15 czwartek	Historia Kultury Fizycznej Konwersatorium, gr. 1, budynek 15, sala 1545