Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr zimowy w roku akademickim 2026/2027
Centrum Sportowe UKSW (ul. Wóycickiego 1/3, bud. 5)

GODZINA	Poniedziałek		Wtorek		Środa		Czwartek		Piątek		GODZINA
	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	SEKTOR A	SEKTOR B	
14:00 - 14:30											14:00 - 14:30
14:30 - 15:00									Piłka nożna, gr. 5		14:30 - 15:00
15:00 - 15:30											15:00 - 15:30
15:30 - 16:00											15:30 - 16:00
16:00 - 16:30	Piłka siatkowa, gr. 1	Piłka koszykowa, gr. 1	Piłka siatkowa, gr. 4	Piłka koszykowa, gr. 2	Piłka siatkowa, gr. 7	Piłka koszykowa, gr. 3	Piłka siatkowa, gr. 10	Piłka koszykowa, gr. 4	Piłka siatkowa, gr. 13	Piłka koszykowa, gr. 5	16:00 - 16:30
16:30 - 17:00											16:30 - 17:00
17:00 - 17:30											17:00 - 17:30
17:30 - 18:00	Piłka siatkowa, gr. 2	Piłka siatkowa, gr. 3	Piłka siatkowa, gr. 5	Piłka siatkowa, gr. 6	Piłka siatkowa, gr. 8	Piłka siatkowa, gr. 9	Piłka siatkowa, gr. 11	Piłka siatkowa, gr. 12	Piłka siatkowa, gr. 14	Piłka siatkowa, gr. 15	17:30 - 18:00
18:00 - 18:30											18:00 - 18:30
18:30 - 19:00											18:30 - 19:00
19:00 - 19:30	Piłka nożna, gr. 1		Piłka nożna, gr. 2		Piłka nożna, gr. 3		Piłka nożna, gr. 4				19:00 - 19:30
19:30 - 20:00											19:30 - 20:00
20:00 - 20:30											20:00 - 20:30
20:30 - 21:00											20:30 - 21:00
21:00 - 21:30											21:00 - 21:30
21:30 - 22:00											21:30 - 22:00

Limity:

Piłka siatkowa – 20

Piłka koszykowa – 20

Piłka nożna – 24

Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr zimowy w roku akademickim 2026/2027
Centrum Sportowe UKSW (ul. Wóycickiego 1/3, bud. 5)

GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	GODZINA
08:00 - 08:30	Fitness, gr. 1	Fitness, gr. 3				08:00 - 08:30
08:30 - 09:00						08:30 - 09:00
09:00 - 09:30			Fitness, gr. 5	TBC, gr. 3	Fitness, gr. 6	09:00 - 09:30
09:30 - 10:00	Pilates / mobility, gr. 1	Pilates / mobility, gr. 2				09:30 - 10:00
10:00 - 10:30						10:00 - 10:30
10:30 - 11:00			Aerobik, gr. 1	Full Body Workout, gr. 1	Aerobik, gr. 2	10:30 - 11:00
11:00 - 11:30	Fitness, gr. 2	Fitness, gr. 4				11:00 - 11:30
11:30 - 12:00						11:30 - 12:00
12:00 - 12:30			Pilates, gr. 1	All Body Training, gr. 1	Pilates, gr. 2	12:00 - 12:30
12:30 - 13:00	TBC, gr. 1	TBC, gr. 2				12:30 - 13:00
13:00 - 13:30						13:00 - 13:30
13:30 - 14:00			Taniec towarzyski, gr. 1	Stretching / mobility, gr. 1	Taniec towarzyski, gr. 2	13:30 - 14:00
14:00 - 14:30		Fitness, gr. 7				14:00 - 14:30
14:30 - 15:00						14:30 - 15:00
15:00 - 15:30			Gimnastyka korekcyjna, gr. 1			15:00 - 15:30
15:30 - 16:00						15:30 - 16:00
16:00 - 16:30						16:00 - 16:30
16:30 - 17:00			Zumba, gr. 1			16:30 - 17:00
17:00 - 17:30				Gimnastyka korekcyjna, gr. 2		17:00 - 17:30
17:30 - 18:00						17:30 - 18:00
18:00 - 18:30			Zumba, gr. 2			18:00 - 18:30
18:30 - 19:00				Taniec towarzyski, gr. 3		18:30 - 19:00
19:00 - 19:30						19:00 - 19:30
19:30 - 20:00						19:30 - 20:00

Limit:

Sala fitness - 20

Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr zimowy w roku akademickim 2026/2027
Centrum Sportowe UKSW (ul. Wóycickiego 1/3, bud. 5)

GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	GODZINA
07:00 - 07:30						07:00 - 07:30
07:30 - 08:00						07:30 - 08:00
08:00 - 08:30	siłownia, gr 1	siłownia, gr 4	siłownia, gr 6	siłownia, gr 8	siłownia, gr 10	08:00 - 08:30
08:30 - 09:00						08:30 - 09:00
09:00 - 09:30						09:00 - 09:30
09:30 - 10:00			siłownia, gr 7	siłownia, gr 9	siłownia, gr 11	09:30 - 10:00
10:00 - 10:30						10:00 - 10:30
10:30 - 11:00						10:30 - 11:00
11:00 - 11:30						11:00 - 11:30
11:30 - 12:00						11:30 - 12:00
12:00 - 12:30						12:00 - 12:30
12:30 - 13:00	siłownia, gr 2					12:30 - 13:00
13:00 - 13:30						13:00 - 13:30
13:30 - 14:00						13:30 - 14:00
14:00 - 14:30	siłownia, gr 3					14:00 - 14:30
14:30 - 15:00		siłownia, gr 5				14:30 - 15:00
15:00 - 15:30						15:00 - 15:30
15:30 - 16:00						15:30 - 16:00
16:00 - 16:30						16:00 - 16:30
19:00 - 19:30	siłownia, gr 12					19:00 - 19:30
19:30 - 20:00						19:30 - 20:00
20:00 - 20:30						20:00 - 20:30

Limit: 14

Plan zajęć wychowania fizycznego. Semestr zimowy w roku akademickim 2026/2027
Centrum Sportowe UKSW (ul. Wóycickiego 1/3, bud. 5)

NORDIC WALKING

GODZINA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	CZWARTEK
8:00-10:15	Nordic Walking, gr. 1		
12.30-14.45			Nordic Walking, gr. 3
13.30-15.45		Nordic Walking, gr. 2	
14.45-17.00			Nordic Walking, gr. 4

Limit: 25

10 spotkań w semestrze

Konwersatorium

Godzina zajęć	Czwartek	Piątek
8.00-9.30	Historia Kultury Fizycznej Konwersatorium, gr. 1 Bud. 15, sala 1522	
15.00-16.30		Historia Kultury Fizycznej Konwersatorium, gr. 2 Bud. 15, sala 1522

Limit: 25