

# TRENUJ Z NAMI- Aktywna Politechnika 2.0

## Kalendarz zajęć 2018-2019 semestr zimowy.

### Październik 2018

	Dzień miesiąca- dyscyplina				
<b>Poniedziałek</b>	1- Siatkówka	8- Siatkówka	15- Siatkówka	22- Siatkówka	29- Siatkówka
<b>Wtorek</b>	2- Tenis ziemny	9- Tenis ziemny/ Piłka nożna halowa	16- Tenis ziemny	23- Tenis ziemny/ Piłka nożna halowa	30- Tenis ziemny
<b>Środa</b>	3- Trening biegowy	10- Nordic walking	17- Trening Biegowy	24- Nordic walking	31- Trening Biegowy
<b>Czwartek</b>	4- Trening funkcjonalny	11- Fitness/ Koszykówka	18- Trening funkcjonalny	25- Fitness/ Koszykówka	
<b>Piątek</b>	5- Tenis stołowy	12-	19- Tenis stołowy	26-	
Sobota	6-	13-	20-	27-	
Niedziela	7-	14-	21-	28-	

### Legenda

<b>Poniedziałek</b>	Siatkówka- 18:30-20:00, sala Studium al. A.K. 23/25
<b>Wtorek</b>	Tenis ziemny- 16:30-18:00, sala Studium al. A. K. 23/25 Piłka nożna halowa- 18:30-20:00, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Trening biegowy- 18:00-19:00, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Nordic walking- 17:30-18:30, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Czwartek</b>	Trening funkcjonalny- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71
<b>Czwartek</b>	Fitness- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71 Koszykówka- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Piątek</b>	Tenis stołowy- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25

### Listopad 2018

		Dzień miesiąca- dyscyplina			
<b>Poniedziałek</b>		5- Siatkówka	12- Siatkówka	19- Siatkówka	26- Siatkówka
<b>Wtorek</b>		6- Tenis ziemny/ Piłka nożna halowa	13- Tenis ziemny	20- Tenis ziemny/ piłka nożna halowa	27- Tenis ziemny
<b>Środa</b>		7- Nordic walking	14- Trening biegowy	21- Nordic walking	28- Trening biegowy
<b>Czwartek</b>	1-	8- Fitness/ Koszykówka	15- Trening funkcjonalny	22- Fitness/ Koszykówka	29- Trening funkcjonalny
<b>Piątek</b>	2-	9- Tenis stołowy	16-	23- Tenis stołowy	30-
Sobota	3-	10-	17-	24-	
Niedziela	4-	11-	18-	25-	

### Legenda

<b>Poniedziałek</b>	Siatkówka- 18:30-20:00, sala Studium al. A.K. 23/25
<b>Wtorek</b>	Tenis ziemny- 16:30-18:00, sala Studium al. A. K. 23/25 Piłka nożna halowa- 18:30-20:00, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Trening biegowy- 18:00-19:00, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Nordic walking- 17:30-18:30, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Czwartek</b>	Trening funkcjonalny- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71
<b>Czwartek</b>	Fitness- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71 Koszykówka- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Piątek</b>	Tenis stołowy- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25

## Grudzień 2018

		Dzień miesiąca- dyscyplina				
<b>Poniedziałek</b>		3- Siatkówka	10- Siatkówka	17- Siatkówka	24-	31-
<b>Wtorek</b>		4- Tenis ziemny / Piłka nożna halowa	11- Tenis ziemny	18- Tenis ziemny / Piłka nożna halowa	25-	
<b>Środa</b>		5- Nordic walking	12- Trening biegowy	19- Nordic walking	26-	
<b>Czwartek</b>		6- Fitness/ Koszykówka	13- Trening funkcjonalny	20- Fitness/ Koszykówka	27-	
<b>Piątek</b>		7- Tenis stołowy	14-	21- Tenis stołowy	28-	
Sobota	1-	8-	15-	22-	29-	
Niedziela	2-	9-	16-	23-	30-	

### Legenda

<b>Poniedziałek</b>	Siatkówka- 18:30-20:00, sala Studium al. A.K. 23/25
<b>Wtorek</b>	Tenis ziemny- 16:30-18:00, sala Studium al. A. K. 23/25 Piłka nożna halowa- 18:30-20:00, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Trening biegowy- 18:00-19:00, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Nordic walking- 17:30-18:30, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Czwartek</b>	Trening funkcjonalny- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71
<b>Czwartek</b>	Fitness- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71 Koszykówka- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Piątek</b>	Tenis stołowy- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25

## Styczeń 2018

Dzień miesiąca- dyscyplina					
<b>Poniedziałek</b>		7- Siatkówka	14- Siatkówka	21- Siatkówka	28-
<b>Wtorek</b>	1-	8- Tenis ziemny/ Piłka nożna halowa	15- Tenis ziemny	22- Tenis ziemny/ Piłka nożna halowa	29-
<b>Środa</b>	2-	9- Trening biegowy	16- Nordic walking	23- Trening biegowy	30-
<b>Czwartek</b>	3-	10- Trening funkcjonalny	17- Fitness/ Koszykówka	24- Trening funkcjonalny	31-
<b>Piątek</b>	4-	Tenis stołowy	11-	18- Tenis stołowy	25-
Sobota	5-	12-	19-	26-	
Niedziela	6-	13-	20-	27-	

### Legenda

<b>Poniedziałek</b>	Siatkówka- 18:30-20:00, sala Studium al. A.K. 23/25
<b>Wtorek</b>	Tenis ziemny- 16:30-18:00, sala Studium al. A. K. 23/25 Piłka nożna halowa- 18:30-20:00, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Trening biegowy- 18:00-19:00, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Środa</b>	Nordic walking- 17:30-18:30, spotkanie sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Czwartek</b>	Trening funkcjonalny- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71
<b>Czwartek</b>	Fitness- 18:00-19:00, mała sala Studium Dąbrowskiego 71 Koszykówka- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25
<b>Piątek</b>	Tenis stołowy- 17:00-18:30, sala Studium al. A. K. 23/25