

Rozkład zajęć Ośrodek Kursowy Centrum Nauki i Biznesu Żak w Nowym Targu

Rok szkolny 2023/2024

Rozkład zajęć Trener personalny semestr pierwszy/drugi

			Nadwodnia 4 Prac.Medycz.	Nadwodnia 4 Prac.Medycz.	Nadwodnia 4 Prac.Medycz.	Nadwodnia 5 s.104 TBS	Nadwodnia 4 Prac.Medycz.		
		sala	30.09.2023	14.10.2023	4.11.2023	25.11.2023	16.12.2023		
SOBOTA	1	8.00-8.45	TUI	TUI	TUI	PDZG (PP)	OIPT		
	2	8.50-9.35	TUI	TUI	TUI	4h sem. I	OIPT		
	3	9.40-10.25	TUI	BiFW	BiFW	PDZG (PP)	OIPT		
	4	10.30-11.15	TUI	BiFW	BiFW	PDZG (PP)	OIPT		
	5	11.20-12.05	BiFW	OIPT	MĆF	PDZG (PP)	MĆF		
	6	12.10-12.55	BiFW	OIPT	MĆF	4h sem. 2	MĆF		
	7	13.00-13.45	BiFW	OIPT		PDZG (PP)	MĆF		
	8	13.50-14.35	BiFW	OIPT		PDZG (PP)	ĆSiARiW		
	9	14.40-15.25					ĆSiARiW		
	10	15.30-16.15							
	11	16.20-17.05							
	12	17.10-17.55							
	13	18.00-18.45							
	14	18.50-19.35							

			Nadwodnia 4 s. gimnast.	Nadwodnia 4 s. gimnast.	Nadwodnia 4 s. gimnast.	Nadwodnia 4 s. gimnast.	Nadwodnia 4 s.gimnast.	Nadwodnia 4 Prac.Medycz.	
		sala	1.10.2023	15.10.2023	5.11.2023		17.12.2023	7.01.2023	28.01.2024
NIEDZIELA	1	8.00-8.45	ĆSiARiW	ĆSiARiW	MĆF		PZlZfzWM	PZlZfzWM	
	2	8.50-9.35	ĆSiARiW	ĆSiARiW	MĆF		PZlZfzWM	PZlZfzWM	
	3	9.40-10.25	ĆSiARiW	ĆSiARiW	MĆF		PZlZfzWM	ĆSiARiW	
	4	10.30-11.15	ĆSiARiW	ĆSiARiW	PZlZfzWM		ĆSiARiW	ĆSiARiW	PDZG (PP)
	5	11.20-12.05	ĆSiARiW	PZlZfzWM	PZlZfzWM		ĆSiARiW	ĆSiARiW	4h sem. I
	6	12.10-12.55	PZlZfzWM	PZlZfzWM	PZlZfzWM		ĆSiARiW	ĆSiARiW	PDZG (PP)
	7	13.00-13.45	PZlZfzWM	PZlZfzWM			ĆSiARiW	ĆSiARiW	PDZG (PP)
	8	13.50-14.35	PZlZfzWM	PZlZfzWM			ĆSiARiW	ĆSiARiW	PDZG (PP)
	9	14.40-15.25	PZlZfzWM				ĆSiARiW	ĆSiARiW	4h sem. 2
	10	15.30-16.15							PDZG (PP)
	11	16.20-17.05							PDZG (PP)
	12	17.10-17.55							
	13	18.00-18.45							
	14	18.50-19.35							

Legenda:

MĆF - Metodyka ćwiczeń fitness (Sz.T.)

OIPT - Opracowanie indywidualnych programów treningowych (Sz.T.)

TUI - Trening umiejętności interpersonalnych (Sz.T.)

PZlZfzWM - Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki(Sz.T.)

ĆSARiW - Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające (Sz.T.)

BiFW - Biomechanika i fizjologia wysiłku (Sz.T.)

PP - Podstawy działalności gospodarczej (podstawy przedsiębiorczości) K.W. (zwolnienie dot. słuchaczy, którzy realizowali przedmiot na wcześniejszym etapie edukacji)