

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

Rok szkolny 2022/2023 semestr wiosenny

Rozkład zajęć Trener personalny semestr drugi

	sala		Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Pr.med
			Prac.med.	Sala Gim.	Sala Gim.	Prac.med.	Sala Gim.	Sala Gim.	Nadwodnia 4
			18.02.2023	4.03.2023	18.03.2023	15.04.2023	29.04.2023	13.05.2023	17.06.2023
SOBOTA	1	8.00-8.45	BiFW	TiMWĆ	RISTzP	BiFW	RISTzP	PZlzfzWM	PDZG (PP)
	2	8.50-9.35	BiFW	TiMWĆ	RISTzP	BiFW	RISTzP	PZlzfzWM	PDZG (PP)
	3	9.40-10.25	MĆF	TiMWĆ	RISTzP	MĆF	RISTzP	PZlzfzWM	PDZG (PP)
	4	10.30-11.15	MĆF	PZlzfzWM	RISTzP	MĆF	RISTzP	RISTzP	PDZG (PP)
	5	11.20-12.05	TiMWĆ	PZlzfzWM	TiMWĆ	TiMWĆ	PZlzfzWM	RISTzP	
	6	12.10-12.55	TiMWĆ	PZlzfzWM	TiMWĆ	TiMWĆ	PZlzfzWM	RISTzP	
	7	13.00-13.45							
	8	13.50-14.35							
	9	14.40-15.25							
	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							

	sala		Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Nadwodnia 4	Pr.med
			Sala Gim.	Prac.med.	Sala Gim.	Prac.med.	Sala Gim.	Sala Gim.	Nadwodnia 4
			19.02.2023	5.03.2023	19.03.2023	16.04.2023	30.04.2024	14.05.2023	18.06.2024
NIEDZIELA	1	8.00-8.45	PZlzfzWM	BiFW	RISTzP	BiFW	TiMWĆ	PZlzfzWM	
	2	8.50-9.35	PZlzfzWM	BiFW	RISTzP	BiFW	TiMWĆ	PZlzfzWM	
	3	9.40-10.25	PZlzfzWM	MĆF	RISTzP	MĆF	TiMWĆ	PZlzfzWM	
	4	10.30-11.15	PZlzfzWM	MĆF	RISTzP	MĆF	RISTzP	PZlzfzWM	
	5	11.20-12.05	RISTzP	TiMWĆ	RISTzP	TiMWĆ	RISTzP	RISTzP	PDZG (PP)
	6	12.10-12.55	RISTzP	TiMWĆ		TiMWĆ	RISTzP	RISTzP	PDZG (PP)
	7	13.00-13.45						RISTzP	PDZG (PP)
	8	13.50-14.35							PDZG (PP)
	9	14.40-15.25							
	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							

Legenda:

MĆF - Metodyka ćwiczeń fitness (Sz.T.)

TiMWĆ - Techniki i metodyka wykonywania ćwiczeń (Sz.T.)

RISTzP - Rezlizacja indywidualnej sesji treningowej z podopiecznymi (Sz.T.)

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

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

PP - Podstawy działalności gospodarczej (podstawy przedsiębiorczości) (K.W.)