

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

Rok szkolny 2022/2023 semestr wiosenny

Rozkład zajęć Trener personalny semestr pierwszy

| | 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.)