

Trener personalny z elementami fitness

GODZINA		05.10.2019	20.10.2019	16.11.2019	01.12.2019
8.00 - 8.45	1	BW	MCF	OIPT	PZI+M
8.50 - 9.35	2	BW	MCF	OIPT	PZI+M
9.40 - 10.25	3	BW	MCF	OIPT	PZI+M
10.30 - 11.15	4	BW	MCF	OIPT	PZI+M
11.20 - 12.05	5	BW	MCF	OIPT	PZI+M
12.10 - 12.55	6	BW	MCF	OIPT	PZI+M
13.00 - 13.45	7	BW	MCF	OIPT	PZI+M
13.50 - 14.35	8	BW	MCF	OIPT	PZI+M
14.40 - 15.25	9	PZI+M	PZI+M	PZI+M	PZI+M
15.30 - 16.15	10	PZI+M	PZI+M	PZI+M	PZI+M
16.20 - 17.05	11				
17.10 - 17.55	12				
GODZINA		14.12.2020	05.01.2020	18.01.2020	02.02.2020
8.00 - 8.45	1	ĆW	ĆW	TUI	PDG
8.50 - 9.35	2	ĆW	ĆW	TUI	PDG
9.40 - 10.25	3	ĆW	ĆW	TUI	PDG
10.30 - 11.15	4	ĆW	ĆW	TUI	PDG
11.20 - 12.05	5	ĆW	ĆW	TUI	PDG
12.10 - 12.55	6	ĆW	ĆW	TUI	PDG
13.00 - 13.45	7	ĆW	ĆW	TUI	PDG
13.50 - 14.35	8	ĆW	ĆW	TUI	PDG
14.40 - 15.25	9	ĆW	ĆW		
15.30 - 16.15	10	ĆW	ĆW		
16.20 - 17.05	11	ĆW	ĆW		
17.10 - 17.55	12	ĆW	ĆW		

Skrót nazwy	Nazwa przedmiotu w całym jego brzmieniu	nauczyciel	KZ
PDG	Podstawy działalności gospodarczej	K.Malinowska	8
BW	Biomechanika wysiłku	M.Krzesaj	8
MCF	Metodyka ćwiczeń fitness	M.Krzesaj	8
OIPT	Opracowywanie indywidualnych programów treningowych	M.Krzesaj	8
TUI	Trening umiejętności interpersonalnych	K.Owsińska/A.Malińska	8
PZI+M	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki	M.Krzesaj	16
ĆW	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające	M.Krzesaj	24