

TYGODNIOWY PLAN ZAJĘĆ w roku akademickim 2023/2024

Sekcje rehabilitacyjno - rekreacyjne

Dzień tygodnia	Godzina	Sekcja	Grupa	Miejsce zajęć	Prowadzący
Poniedziałek	8.00 – 9.00	Rehabilitacja		salka PCPR	Monika Timm
	9.00 – 10.00				
	11.00 – 12.00	Zdrowy kręgosłup		WOK	Jadwiga Jędrzejewska
	12.00 – 13.00				
Wtorek	9.00	Nordic Walking			Maria Kretkowska
	11.00 – 12.00	Joga		WOK	Agnieszka Kwitowska
	12.00 – 13.00				
	16.00 – 17.00	Zajęcia korekcyjne		salka PCPR	Izabela Rojek
	17.00 – 18.00				
Środa	8.00 – 9.00	Rehabilitacja		salka PCPR	Monika Timm
	9.00 – 10.00				
	10.10 – 11.10	Pilates		WOK	Anna Pietrowicz
	11.00 – 12.10				
	12.10 – 13.10				

Czwartek	8.00 – 9.00	Rehabilitacja		salka PCPR	Monika Timm
	9.00 – 10.00				
	11.00 – 12.00	Zdrowy kręgosłup		WOK	Jadwiga Jędrzejewska
	12.00 – 13.00				
Piątek	8.00 – 9.00	Rehabilitacja		salka PCPR	Monika Timm
	9.00 – 10.00				
	11.00 – 13.00	Tai – chi		WOK (co drugi tydzień)	Jacek Krajewski

Opracowanie i koordynacja – Maria Łapawiec