

SPORTY DO WYBORU – 2024/2025 SEM. ZIMOWY
(rejestracja elektroniczna 24.09.2024 r. od godz. 17:00 do 25.09.2024 r. do godz. 10:00)

DYSCYPLINA	DZIEŃ I GODZ.	MIEJSCE / ULICA	PROWADZĄCY
FITNESS I (K) 25 miejsc	Poniedziałek 08:00 – 09:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	dr Agnieszka Bogacz-Walancik
FITNESS II (K) 25 miejsc	Poniedziałek 14:00 – 15:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	mgr Marzena Zajac
FITNESS III (K+M) 25 miejsc	Środa 15:30 – 17:00	ul. Ingardena 4, sala nr 2	mgr Justyna Łukaszewska
FITNESS IV (K) 25 miejsc	Czwartek 08:00 – 09:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	dr Agnieszka Bogacz-Walancik
LATINO (K+M) 25 miejsc	Środa 14:00 – 15:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	dr Michał Karasiński
PILATES I (K) 25 miejsc	Poniedziałek 11:00 – 12:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	dr Małgorzata Długosz-Boś
PILATES II (K) 25 miejsc	Środa 08:00 – 09:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	dr Małgorzata Długosz-Boś
SAMOOBRONA I (K+M) 24 miejsca	Wtorek 20:00 – 21:30	ul. Ingardena 4, sala nr 1	mgr Marcin Wajda
TRENING WZMACNIAJĄCY I (K+M) 25 miejsc	Wtorek 12:30 – 14:00	Os. Stalowe 17, sala nr 4	mgr Justyna Łukaszewska
TRENING WZMACNIAJĄCY II (K+M) 25 miejsc	Piątek 08:00 – 09:30	ul. Ingardena 4, sala nr 2	mgr Justyna Łukaszewska
TRENING OBWODOWY I (K+M) 18 miejsc	Poniedziałek 14:00 – 15:30	ul. Ingardena 4, siłownia	mgr Piotr Prokuski
TRENING OBWODOWY II (K+M) 18 miejsc	Środa 14:00 – 15:30	ul. Ingardena 4, siłownia	mgr Justyna Łukaszewska
TRENING OBWODOWY III (K+M) 18 miejsc	Czwartek 08:00 – 09:30	ul. Ingardena 4, siłownia	mgr Paulina Artymiak
ZAJĘCIA NA SIŁOWNI I GR. MĘSKA 18 miejsc	Środa 15:30 – 17:00	ul. Ingardena 4, siłownia	dr Łukasz Lic
ZAJĘCIA NA SIŁOWNI II GR. MĘSKA 18 miejsc	Piątek 14:00 – 15:30	ul. Ingardena 4, siłownia	mgr Karol Serafin
KULTURYSTYKA I (K+M) 18 miejsc	Poniedziałek 08:00 – 09:00	ul. Ingardena 4, siłownia	mgr Grzegorz Dudzik
KULTURYSTYKA II (K+M) 18 miejsc	Czwartek 14:00 – 15:30	ul. Ingardena 4, siłownia	mgr Grzegorz Dudzik
AQUA FITNESS + PŁYWANIE (K+M) 15 miejsc	Czwartek 11:15 – 12:45	ul. Ingardena 4, pływalnia	mgr Irena Zajda
PŁYWANIE I (K+M) 45 miejsc	Czwartek 09:30 – 11:00	ul. Ingardena 4, pływalnia	dr Agnieszka Bogacz-Walancik mgr Jakub Mantorski mgr Irena Zajda

PLYWANIE II (K+M) 30 miejsc	Piątek 07:15 – 08:45	ul. Ingardena 4, pływalia	dr Michał Karasiński mgr Marcin Wajda
PLYWANIE III (K+M) 45 miejsc	Piątek 08:45 – 10:15	ul. Ingardena 4, pływalia	dr Michał Karasiński mgr Marcin Wajda mgr Paulina Artymiak
PLYWANIE IV (K+M) 45 miejsc	Piątek 10:30 – 12:00	ul. Ingardena 4, pływalia	mgr Marcin Wajda mgr Paulina Artymiak mgr Marzena Zajac
PIŁKA NOŻNA (K+M) 26 miejsc	Czwartek 12:30 – 14:00	TS WISŁA ul. Reymonta 22, Kraków	mgr Adam Stadnik
KOSZYKÓWKA (K+M) 26 miejsc	Środa 09:30 - 11:00	TS WISŁA ul. Reymonta 22, Kraków	mgr Grzegorz Dudzik
PIŁKA SIATKOWA (K+M) 24 miejsca	Czwartek 17:00 - 18:30	Os. Stalowe 17, sala nr 4	dr Łukasz Lic
ZESPOŁOWE GRY SPORTOWE (M) 24 miejsc	Poniedziałek 11:00 – 12:30	ul. Ingardena 4, sala nr 1	mgr Grzegorz Dudzik
BADMINTON (K+M) 24 miejsc	Piątek 12:30 – 14:00	ul. Ingardena 4, sala nr 1	mgr Tomasz Konieczny
TENIS STOŁOWY (K+M) 24 miejsc	Poniedziałek 20:00 – 21:30	Os. Stalowe 17, sala nr 4	mgr Tomasz Konieczny
UNIHOKE (K+M) 24 miejsca	Poniedziałek 20:00 - 21:30	ul. Ingardena 4, sala nr 1	mgr Jakub Mantorski
NORDIC WALKING I (K+M) 25 miejsc	Poniedziałek 11:00 – 12:30	zbiórka przed zajęciami w siłowni - ul. Ingardena 4	mgr Irena Zajda
NORDIC WALKING II (K+M) 25 miejsc	Wtorek 11:00 – 12:30	zbiórka przed zajęciami w siłowni, ul. Ingardena 4	dr Małgorzata Długosz-Boś
NORDIC WALKING III (K+M) 25 miejsc	Środa 08:00 – 09:30	zbiórka przed zajęciami w siłowni - ul. Ingardena 4	mgr Paulina Artymiak
NORDIC WALKING IV (K+M) 25 miejsc	Czwartek 11:00 – 12:30	zbiórka przed zajęciami w siłowni - ul. Ingardena 4	dr Agnieszka Bogacz- Walancik
NORDIC WALKING V (K+M) 25 miejsc	Piątek 08:00 – 09:30	zbiórka przed zajęciami w siłowni - ul. Ingardena 4	mgr Ewelina Wilk
AMATORSKA GRUPA LEKKIEJ ATLETYKI /K+M/ 20 miejsc	Poniedziałek 15:30 – 17:00	zbiórka przed zajęciami w siłowni, ul. Ingardena 4	mgr Jakub Mantorski
TURYSTYKA PIESZA – KRAKÓW I OKOLICE I (K+M) 50 miejsc	Spotkanie organizacyjne w dniu 1.10.2024 r. godz. 19:00 – 20:30, sala nr 401N ul. Ingardena 4	Zajęcia terenowe I termin 5.10.2024 r. II termin 13.10.2024 r	dr Małgorzata Długosz-Boś mgr Jakub Mantorski
TURYSTYKA PIESZA – KRAKÓW I OKOLICE II (K+M) 50 miejsc	Spotkanie organizacyjne w dniu 1.10.2024 r. godz. 19:00 – 20:30, sala nr 401N ul. Ingardena 4	Zajęcia terenowe I termin 6.10.2024 r. II termin 12.10.2024 r	dr Agnieszka Bogacz- Walancik mgr Jakub Mantorski

NARCIARSTWO I (K+M) 32 miejsca Zajęcia płatne 320 zł. / 2 noclegi + wyżywienie	Spotkanie organizacyjne, odbędzie się w dniu 7.10.2024 r. godz. 19:00 – 20:30, sala nr 401N ul. Ingardena 4	zajęcia plenerowe - Małe Ciche <u>jeden wyjazd!</u> 6 – 8.12.2024 r.	mgr Tomasz Konieczny mgr Jakub Mantorski mgr Marzena Zając
NARCIARSTWO II (K+M) 32 miejsca Zajęcia płatne 320 zł. / 2 noclegi + wyżywienie	Spotkanie organizacyjne, odbędzie się w dniu 7.10.2024 r. godz. 19:00 – 20:30, sala nr 401N ul. Ingardena 4	zajęcia plenerowe - Małe Ciche <u>jeden wyjazd!</u> 13 – 15.12.2024 r.	mgr Jakub Mantorski mgr Marcin Wajda mgr Marzena Zając
TENIS ZIEMNY (K+M) 16 miejsc Zajęcia płatne 355,00 zł. za cały semestr	Czwartek 11:30 – 13:00 Zajęcia organizacyjne odbędą się w dniu 3.10.2024 r. o godz. 11.30 sala nr 7 ul. Ingardena 4	Centrum Tenisowe PK al. Jana Pawła II 37 31-864 Kraków	mgr Tomasz Konieczny

K – kobiety, M - mężczyźni