

# Harmonogram zajęć sportowych

## Aktywny Orlik

Lipiec 2024



DATA	GODZINA	RODZAJ ZAJĘĆ	GRUPA WIEKOWA
<b>01.07.24</b> <b>Poniedziałek</b>	15.00 - 19.00	15.00 – 16.00 Gry i zabawy dla przedszkolaków 16.00 – 17.30 Mini piłka siatkowa 17.30 – 19.00 Badminton, speedminton	Dzieci 4-6 lat  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa, dorośli
<b>02.07.24</b> <b>Wtorek</b>	9.00 - 14.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 10.00- 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00- 12.30 Piłka siatkowa 12.30- 14.00 Gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 4-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa Szkoła Podstawowa

<b>03.07.24</b> <b>Środa</b>	15.00 -18.00	15.00 - 16.30 Gry zespołowe(piłka nożna/ręczna) 16.00 – 18.00 Rekreacja: gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 5-8 Szkoła Podstawowa kl. 4-8
<b>04.07.24</b> <b>Czwartek</b>	9.00 - 14.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/ręczna) 10.00- 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00- 12.30 Piłka siatkowa 12.30- 14.00 Gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 4-8 Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa Szkoła Podstawowa
<b>05.07.24</b> <b>Piątek</b>	9.00 - 13.00	9.00 – 11.00 Nordic Walking, slowjogging, siłownia na powietrzu 11.00 – 13.00 Gry zespołowe	Seniorzy, dorośli Szkoła Podstawowa kl. 4-6
<b>06.07.24</b> <b>Sobota</b>	13.00 - 15.00	13.00 -14.00 Piła nożna/siatkowa 14.00 - 15.00 Rekreacja (gry i zabawy sprawnościowe, podwórkowe,	Szkoła Podstawowa kl. 4-8 Rodziny
<b>07.07.24</b> <b>Niedziela</b>	09.00 - 12.00	9.00 -12.00 Rekreacja rodzinna Zabawy z piłkami, badminton, gry podwórkowe	Rodziny, dzieci, młodzież
<b>08.07.24</b> <b>Poniedziałek</b>	9.00 –12.00	9.00 – 10.00 Gry i zabawy dla przedszkolaków 10.00 – 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00 – 12.00 Badminton, speedminton	Dzieci 4-6 lat Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa

<b>09.07.24</b> <b>Wtorek</b>	9.00 - 12.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 10.00- 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00- 12.00 Piłka siatkowa	Szkoła Podstawowa kl. 4-8 Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Podstawowa kl. 6-8
<b>10.07.24</b> <b>Środa</b>	9.00 - 12.00	9.00 - 10.30 Gry zespołowe(piłka nożna/ręczna) 10.30 – 12.00 Rekreacja: gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 5-8 Szkoła Podstawowa kl. 4-8

<b>11.07.24</b> <b>Czwartek</b>	9.00 - 13.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 10.00- 11.30 Mini piłka siatkowa 11.30- 13.00 Piłka siatkowa	Szkoła Podstawowa kl. 4-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa
<b>12.07.24</b> <b>Piątek</b>	9.00 - 12.00	9.00 – 10.30 Nordic Walking, slowjogging, siłownia na powietrzu 10.30 – 12.00 Gry zespołowe	Seniorzy, dorośli  Szkoła Podstawowa kl. 4-6
<b>13.07.24</b> <b>Sobota</b>	17.00 - 20.00	17.00 – 18.30 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 18.30-20.00 Rekreacja (gry i zabawy sprawnościowe, podwórkowe,)	Szkoła Podstawowa kl. 4-8  Rodziny, dzieci i młodzież
<b>14.07.24</b> <b>Niedziela</b>	11.00 - 14.00	11.00 -14.00 Rekreacja rodzinna Zabawy z piłkami, badminton, gry podwórkowe	Rodziny, dzieci i młodzież
<b>15.07.24</b> <b>Poniedziałek</b>	15.00 - 19.00	15.00 – 16.00 Gry i zabawy dla przedszkolaków 16.00 – 17.30 Mini piłka siatkowa 17.30 – 19.00 Badminton, speedminton	Dzieci 4-6 lat  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa, dorośli
<b>16.07.24</b> <b>Wtorek</b>	9.00 - 12.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 10.00- 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00- 12.00 Piłka siatkowa	Szkoła Podstawowa kl. 4-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa
<b>17.07.24</b> <b>Środa</b>	15.00 -18.00	15.00 - 16.30 Gry zespołowe(piłka nożna/ręczna) 16.00 – 18.00 Rekreacja: gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 5-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-8
<b>18.07.24</b> <b>Czwartek</b>	9.00 - 12.00	9.00 -10.00 Gry i zabawy rekreacyjne 10.00- 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00- 12.00 Piłka koszykowa	Szkoła Podstawowa kl. 1-3 Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa

<b>19.07.24</b> <b>Piątek</b>	15.00 - 18.00	15.00 – 16.30 Nordic Walking, slowjogging, siłownia na powietrzu 16.30 – 18.00 Gry zespołowe	Seniorzy, dorośli  Szkoła Podstawowa kl. 4-8
<b>20.07.24</b> <b>Sobota</b>	10.00 - 12.00	10.00 -11.00 Piła nożna/siatkowa 11.00 - 12.00 Rekreacja (gry i zabawy sprawnościowe, podwórkowe,	Szkoła Podstawowa kl. 4-8 Rodziny
<b>21.07.24</b> <b>Niedziela</b>	10.00 - 13.00	10.00 -13.00 Rekreacja rodzinna Zabawy z piłkami, badminton, gry podwórkowe	Rodziny, dzieci i młodzież
<b>22.07.24</b> <b>Poniedziałek</b>	15.00 - 18.00	15.00 – 16.00 Gry i zabawy dla przedszkolaków 16.00 – 17.00 Mini piłka siatkowa 17.00 – 18.00 Badminton, speedminton	Dzieci 4-6 lat  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa, dorośli

<b>23.07.24</b> <b>Wtorek</b>	9.00 - 13.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 10.00- 11.30 Mini piłka siatkowa 11.30- 13.30 Piłka siatkowa	Szkoła Podstawowa kl. 4-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa
<b>24.07.24</b> <b>Środa</b>	15.00 -18.00	15.00 - 16.30 Gry zespołowe(piłka nożna/ręczna) 16.00 – 18.00 Rekreacja: gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 5-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-8
<b>25.07.24</b> <b>Czwartek</b>	9.00 - 14.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/ręczna) 10.00- 11.00 Gra w dwa ognie 11.00- 12.30 Piłka siatkowa 12.30- 14.00 Gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 4-8  Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa Szkoła Podstawowa
<b>26.07.24</b> <b>Piątek</b>	15.00 - 18.00	15.00 – 16.00 Gry i zabawy podwórkowe (guma, klasy, duże gry planszowe sportowe) 16.00 – 17.00 Badminton 17.00 – 18.00 Piłka siatkowa	Szkoła Podstawowa kl. 4-6  Szkoła Podstawowa Szkoła Ponadpodstawowa

<b>27.07.24</b> <b>Sobota</b>	10.00 - 13.00	10.00 -11.30 Piła nożna/siatkowa 11.30 - 13.00 Rekreacja (gry i zabawy sprawnościowe, podwórkowe,	Szkoła Podstawowa kl. 4-8 Rodziny
<b>28.07.24</b> <b>Niedziela</b>	11.00 - 14.00	11.00 -14.00 Rekreacja rodzinna Zabawy z piłkami, badminton, gry podwórkowe	Rodziny, dzieci i młodzież
<b>29.07.24</b> <b>Poniedziałek</b>	15.00 - 18.00	15.00 – 16.00 Gry i zabawy dla przedszkolaków 16.00 – 17.00 Mini piłka siatkowa 17.00 – 18.00 Badminton, speedminton	Dzieci 4-6 lat Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa, dorośli
<b>30.07.24</b> <b>Wtorek</b>	9.00 - 12.00	9.00 -10.00 Gry zespołowe (piłka nożna/koszykowa) 10.00- 11.00 Mini piłka siatkowa 11.00- 12.00 Piłka siatkowa	Szkoła Podstawowa kl. 4-8 Szkoła Podstawowa kl. 4-6 Szkoła Ponadpodstawowa
<b>31.07.24</b> <b>Środa</b>	15.00 -18.00	15.00 - 16.30 Gry zespołowe(piłka nożna/ręczna) 16.00 – 18.00 Rekreacja: gry i zabawy	Szkoła Podstawowa kl. 5-8 Szkoła Podstawowa kl. 4-8