

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
Semestr letni/ Rok akademicki 2021/2022

OBIEKT **hala ul. Przesmyckiego 10**

GODZ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
7.30 - 9.00		Badminton K + M mgr R. Tomczak		Badminton K + M mgr R. Tomczak	
9.00 - 10.30	Piłka nożna M mgr T. Jaworski	Badminton K + M mgr R. Tomczak	Piłka nożna M mgr T. Jaworski	Badminton K + M mgr R. Tomczak	Piłka nożna M mgr T. Jaworski
10.30 - 12.00	Piłka nożna M mgr T. Jaworski	Badminton K + M mgr R. Tomczak	Piłka nożna M mgr T. Jaworski	Piłka ręczna K mgr W. Korzeniecki	Piłka nożna M mgr T. Jaworski
12.00 - 13.30		Unihokej K + M mgr T. Herman	Piłka siatkowa K + M dr W. Reczko	Piłka ręczna M mgr W. Korzeniecki	
13.30 - 15.00	Piłka siatkowa K + M dr W. Reczko	Korfball K + M mgr T. Herman			Piłka koszykowa K mgr M. Zaremba
15.00 - 16.30	Piłka siatkowa K + M dr W. Reczko		Piłka koszykowa K mgr M. Zaremba	Badminton K + M mgr M. Janiaczyk	Piłka koszykowa M mgr M. Zaremba
16.30 - 18.00		Sekcja badmintona K + M mgr M. Janiaczyk	Unihokej K + M mgr T. Herman	Sekcja badmintona K + M mgr M. Janiaczyk	Korfball K + M mgr T. Herman
18.00 - 19.30	Piłka nożna M mgr P. Woźniak	Piłka koszykowa M mgr M. Zaremba	Piłka nożna M mgr P. Woźniak	Piłka koszykowa M mgr M. Zaremba	Sekcja unihokej K + M mgr T. Herman
19.30 - 21.00	Sekcja piłki nożnej M mgr P. Woźniak	Sekcja piłki koszykowej K mgr M. Zaremba	Piłka nożna K Sekcja piłki nożnej K mgr P. Woźniak	Sekcja piłki koszykowej K mgr M. Zaremba	
21.00 - 22.30	Sekcja piłki ręcznej M mgr W. Korzeniecki	Sekcja piłki koszykowej M mgr M. Zaremba	Sekcja piłki nożnej M mgr P. Woźniak	Sekcja piłki koszykowej M mgr M. Zaremba	

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

OBIEKT **aula (mała hala) ul. Przesmyckiego 10**

GODZ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 - 9.30			Body styling K mgr M. Jędrych		
9.30 - 11.00		Pilates K mgr A. Stankiewicz	Callanetics K mgr M. Jędrych	Body styling K mgr A. Ciszek	
11.00 - 12.30		<i>Rezerwacja Nordic walking mgr A. Stankiewicz</i>		Body styling K mgr A. Ciszek	
12.30 - 14.00			Circuit training K + M mgr T. Jaworski	Piłka siatkowa K + M mgr M. Koncewicz	
14.00 - 15.30	Body styling K mgr M. Jędrych			Piłka siatkowa K + M mgr M. Koncewicz	
15.30 - 17.00	Body styling K mgr M. Jędrych			Volleyball K + M eng dr A. Sieroń	
17.00 - 18.30	Tenis stołowy K + M dr M. Derlich-Skrzypczak		Table tennis K + M eng dr M. Derlich-Skrzypczak	Piłka siatkowa K + M dr A. Sieroń	
18.30 - 20.00	Sekcja tenisa stołowego K + M dr M. Derlich-Skrzypczak	Piłka siatkowa K + M mgr M. Koncewicz	Tenis stołowy K + M dr M. Derlich-Skrzypczak	Sekcja piłki siatkowej K dr A. Sieroń	
20.00 - 21.30	Sekcja piłki siatkowej K dr A. Sieroń	Sekcja piłki siatkowej M mgr M. Koncewicz	Sekcja tenisa stołowego K + M dr M. Derlich-Skrzypczak	Sekcja piłki siatkowej M mgr M. Koncewicz	

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
Semestr letni/ Rok akademicki 2021/2022

OBIEKT **Sala ul. Kuźnicza 49-50**

GODZ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 - 9.30	Pilates K mgr A. Stankiewicz	Body styling K mgr J. Teperowska	Body styling K mgr A. Ciszek	Pilates K mgr J. Teperowska	Body styling K mgr A. Ciszek
9.30 - 11.00	Aerobik K mgr A. Stankiewicz	Step K mgr J. Teperowska	Body styling K mgr A. Ciszek	Aerobik K mgr J. Teperowska	Body styling K mgr A. Ciszek
11.00 - 12.30	Step K mgr A. Stankiewicz	Circuit training K mgr J. Teperowska	Body styling K mgr A. Ciszek	Circuit training K mgr J. Teperowska	Body styling K mgr A. Ciszek
12.30 - 14.00	Circuit training K mgr J. Teperowska	Aerobik K mgr M. Jędrych	Gimnastyka estetyczna K mgr A. Stankiewicz	Body styling K mgr A. Stankiewicz	Aerobik K mgr J. Teperowska
14.00 - 15.30	Body styling K mgr J. Teperowska	Step K mgr M. Jędrych	Aerobik K mgr A. Stankiewicz	Step K mgr A. Stankiewicz	Body styling K mgr J. Teperowska
15.30 - 17.00	Body styling K mgr A. Ciszek	Stretching body K mgr M. Jędrych	Circuit training K mgr A. Korybut-Barska	Circuit training K mgr A. Stankiewicz	Circuit training K mgr J. Teperowska
17.00 - 18.30	Body styling K mgr A. Ciszek	Zdrowe plecy K dr M. Derlich- Skrzypczak	Circuit training K mgr A. Korybut-Barska	Aerobik K mgr M. Jędrych	
18.30 - 20.00		Zdrowe plecy K dr M. Derlich- Skrzypczak	Circuit training K mgr A. Korybut-Barska	Stretching body K mgr M. Jędrych	
20.00 - 21.30				Circuit training K mgr M. Jędrych	

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

OBIEKT **Siłownia ul. Przesmyckiego 10**

GODZ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 - 9.30		Ćw. siłowe M mgr A. Mulka			
9.30 - 11.00		<i>Rezerwacja atletyka terenowa mgr. A Mulka</i>			<i>9.00 Rezerwacja atletyka terenowa mgr A. Korybut-Barska</i>
11.00 - 12.30					Ćw. siłowe K mgr A. Korybut – Barska
12.30 - 14.00	Ćw. siłowe M mgr T. Jaworski				Ćw. siłowe K mgr A. Korybut – Barska
13.00 - 14.30			Ćw. siłowe M mgr M. Zaremba		<i>Rezerwacja nordic walking mgr A. Korybut-Barska</i>
15.00 - 17.00			<i>Rezerwacja atletyka terenowa mgr T. Herman</i>		
18.00 - 19.30	Ćw. siłowe K dr A. Sieroń		Ćw. siłowe M mgr T. Herman		<i>Rezerwacja unihokej mgr T. Herman</i>
19.30 - 21.00	Ćw. siłowe M mgr W. Korzeniecki		Sekcja lekkiej atletyki T. Herman		
21.00 - 22.30	<i>Rezerwacja sekcja piłki ręcznej mgr W. Korzeniecki</i>	<i>Rezerwacja sekcja piłki koszykowej mgr M. Zaremba</i>		<i>Rezerwacja sekcja piłki koszykowej mgr M. Zaremba</i>	

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

OBIEKT **Sala sportów walki ul. Przybyszewskiego 63**

GODZ	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
8.00 - 9.30				Samoobrona K mgr J. Wilczyński	
9.30 - 11.00	Aikido K + M mgr R. Bohdanowicz	Karate K + M mgr W. Ciura		Samoobrona M mgr J. Wilczyński	Aikido K + M mgr R. Bohdanowicz
11.00 - 12.30	Aikido K + M eng mgr R. Bohdanowicz	Karate K + M mgr W. Ciura			Aikido K + M mgr R. Bohdanowicz
12.30 - 14.00		Karate K + M mgr W. Ciura	Karate K + M mgr W. Ciura		
14.00 - 15.30			Samoobrona K + M mgr W. Ciura		
15.30 - 17.00					
17.00 - 18.30	Stretching body K mgr M. Jędrych				

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
poza obiektami sportowymi Uniwersytetu Wrocławskiego
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

PLYWALNIA Wrocławskie Centrum SPA basen nr 1 ul. Teatralna 10/12, Wrocław

Pływanie		
Poniedziałek	17.45 – 19.15 (gr. zaawansowana)	mgr R. Tomczak
Środa	17.45 – 19.15 (gr. zaawansowana)	mgr R. Tomczak
Wtorek	7.45 – 9.15	mgr A. Ciszek / mgr T. Jaworski
	8.45 – 10.15	mgr A. Ciszek
	9.45 – 11.15	mgr A. Ciszek / mgr T. Jaworski
Opłata za semestr na indywidualne uniwersyteckie konto studenta wygenerowane w USOS.		Kwota: 190 zł/sem.

PLYWALNIA AZS ul. Mianowskiego 2b, Wrocław

Pływanie		
Wtorek	16.45 – 18.15	mgr A. Mulka
	17.45 – 19.15	mgr T. Herman / mgr A. Mulka
Czwartek	17.45 – 19.15	mgr T. Jaworski / mgr A. Mulka
	18.45 – 20.15	mgr T. Jaworski / mgr A. Mulka
	19.45 – 21.15	mgr T. Jaworski / mgr A. Mulka
Opłata za semestr na indywidualne uniwersyteckie konto studenta wygenerowane w USOS.		Kwota: 180zł/sem.

WSPINACZKA mgr J. Wilczyński		
PONIEDZIAŁEK	8.00 – 9.30	Ściana wspinaczkowa FPINKA, ul. Długosza 57, Wrocław
	9.30 – 11.00	
	11.00 – 12.30	
ŚRODA	8.00 – 9.30	
	9.30 – 11.00	
	11.00 – 12.30	
Opłata za semestr na indywidualne uniwersyteckie konto studenta wygenerowane w USOS.		Kwota: 190zł / sem.

F01b-AWF – PDW-01-01.10.2018

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
poza obiektami sportowymi Uniwersytetu Wrocławskiego
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

ATLETYKA TERENOWA ul. Przesmyckiego 10, Wrocław		
PONIEDZIAŁEK	14.30 – 16.00	mgr A. Mulka
WTOREK	9.30 – 11.00	mgr A. Mulka
ŚRODA	15.00 – 16.30	mgr T. Herman
PIĄTEK	9.00 – 10.30	mgr A. Korybut – Barska

NORDIC WALKING ul. Przesmyckiego 10, Wrocław		
WTOREK	11.00 – 12.30	mgr A. Stankiewicz
PIĄTEK	14.00 – 15.30	mgr A. Korybut – Barska

PLAN ZAJĘĆ TEORETYCZNYCH
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

SZACHY mgr M. Wolska		
WTOREK	18.00 – 19.30 19.30 – 21.00	Sala nr 36, ul. Przybyszewskiego 63, Wrocław
CZWARTEK	18.30 – 20.00	

F01b-AWF – PDW-01-01.10.2018

PLAN ZAJĘĆ PODSTAWOWYCH
poza obiektami sportowymi Uniwersytetu Wrocławskiego
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

JEŹDZIECTWO mgr A. Korybut – Barska		
WTOREK	10.30 – 12.00 (grupa jeżdżąca)	Stadnina Koni ul. Parkowa 20, Krzyżanowice
Opłata za semestr w stadninie		Kwota: 50 zł za zajęcia

TENIS mgr J. Wilczyński		
WTOREK	11.00 – 12.30	HALA TENISOWA AWF Stadion Olimpijski ul. Paderewskiego 35, Wrocław
Opłata za semestr na indywidualne uniwersyteckie konto studenta wygenerowane w USOS.		Kwota: 190zł / sem.

TENIS dr W. Reczko		
ŚRODA	8.30 – 10.00	HALA TENISOWA AZS, ul. Mianowskiego 2b, Wrocław
	10.00 – 11.30	
CZWARTEK	13.00 – 14.30	HALA TENISOWA AWF, Stadion Olimpijski ul. Paderewskiego 35, Wrocław
	14.30 – 16.00	
Opłata za semestr na indywidualne uniwersyteckie konto studenta wygenerowane w USOS.		Kwota: 190zł / sem.

SQUASH mgr M. Janiacyk		
PONIEDZIAŁEK	8.00 – 9.30	Centrum Sportowe Hasta La Vista ul. Góralska 5, Wrocław
	9.30 – 11.00	
Opłata za semestr na indywidualne uniwersyteckie konto studenta wygenerowane w USOS.		Kwota: 180 zł / sem.

PLAN ZAJĘĆ WEEKENDOWYCH
poza obiektami sportowymi Uniwersytetu Wrocławskiego
Semestr letni / Rok akademicki 2021/2022

TURYSTYKA PIESZA mgr R. Tomczak	
Zebranie organizacyjne: 9.04.2022r ul. Przesmyckiego 10, pok. 16 godz. 10.00	Termin: 9.04.2022 r (zebranie organizacyjne + zajęcia) 23.04.2022r 24.04.2022r 7.05.2022r 8.05.2022r
TURYSTYKA PIESZA mgr A. Korybut - Barska	
Zebranie organizacyjne: 5.03.2022r godz. 10,00 platforma MS Teams	Termin: 9.04.2022r 23.04.2022r 24.04.2022r 14.05.2022r 15.05.2022r
TURYSTYKA ROWEROWA mgr W. Korzeniecki	
Zebranie organizacyjne: 23.04.2022r ul. Przesmyckiego 10, godz. 9.00 Miejsce zajęć: okolice Wrocławia	Termin: 23.04.2022r (zebranie organizacyjne + zajęcia) 7.05.2022r 8.05,2022r 28.05.2022r 29.05.20222