

TRENER PERSONALNY

		TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY	TRENER PERSONALNY
		28.09.2019	05.10.2019	09.11.2019	17.11.2019	24.11.2019	07.12.2019	08.12.2019	11.01.2020	12.01.2020
	SALA	4	0	0	2	0	0	1	0	1
	ADRES	BUDYNEK SZKOŁY	SIŁOWNIA POWERFIT	SIŁOWNIA POWERFIT	BUDYNEK SZKOŁY	OŚRODEK KULTURY	SIŁOWNIA POWERFIT	OŚRODEK KULTURY	SIŁOWNIA POWERFIT	OŚRODEK KULTURY
		ul. Małachowskiego 34a	ul. Ciasna 10	ul. Ciasna 10	ul. Małachowskiego 34a	ul. Małachowskiego 43	ul. Ciasna 10	ul. Małachowskiego 43	ul. Ciasna 10	ul. Małachowskiego 43
1	8.00 - 8.45	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz			Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień		Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień		Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień
2	8.50 - 9.35	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień
3	9.40 - 10.25	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień - E
4	10.30 - 11.15	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień
5	11.20 - 12.05	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień
6	12.10 - 12.55	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Opracowanie indywidualnych programów treningowych K.Jawień - E
7	13.00 - 13.45		Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień
8	13.50 - 14.35		Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień - E	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień
9	14.40 - 15.25		Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz	Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień	Trening umiejętności interpersonalnych K.Jawień	Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające T.Krukiewicz - E	Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień
10	15.30 - 16.15				Metodyka ćwiczeń fitness K.Jawień		Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień		Podstawy działalności gospodarczej K.Jawień - E
11	16.20 - 17.05						Prowadzenie zajęć indywidualnych z fitnessu z wykorzystaniem muzyki T.Krukiewicz - E	Biomechanika i fizjologia wysiłku K.Jawień - E		