

Harmonogram zajęć sekcji sportowych KOSiR dla dorosłych w roku 2019/2020

LP	Zajęcia	Sala	Termin	Osoba prowadząca
SEKCJA KOSZYKÓWKI BASKET				
1.	Sekcja Basket KOSiR Kobierzyce „dorośli”	Sala w szkole w Kobierzycach	Piątek 18:00 – 19:30	Karol Jaško
SEKCJA KARATE				
KOBIERZYCE				
2.	Sekcja KOSiR karate Kobierzyce (grupa dorośli)	Sala lustrzana	Poniedziałek, środa 19:30 – 21:00, piątek 20:00 – 21:30	Dariusz Kwiecień
BIELANY WROCŁAWSKIE				
3.	Sekcja KOSiR karate Bielany Wrocławskie (dorośli)	Obiekt wielofunkcyjny	Wtorek 19:00– 20:30, Czwartek 19:00 – 20:30	Igor Lamot
CROSSFIT KOBIERZYCE				
4.	Sekcja crossfit	Sala lustrzana	Wtorek 19:30 – 21:00, Czwartek 19:30 – 21:00	Dariusz Kwiecień
SEKCJA BOKSERSKA				
5.	Sekcja KOSiR Boks grupa zaawansowana, zawodnicza	Tyniec Mały	Poniedziałek 19:00 – 20:30, Środa 19:00 – 20:30, Piątek 19:00 – 20:30	Andrzej Czerwiński
SEKCJA NORDIC WALKING				
KOBIERZYCE				
6.	Sekcja KOSiR Nordic Walking	Hol wejściowy hala sportowa	Poniedziałek 17:30 – 19:00 Piątek 17:00 – 18:30	Dariusz Kwiecień, Monika Romanów
BIELANY WROCŁAWSKIE				
7.	Sekcja KOSiR Nordic Walking	Zbiórka – parking przy kościele	Czwartek 17:00 – 18:30	Dariusz Kwiecień
SEKCJA PILATES , AEROBIK				
KOBIERZYCE				
8.	Pilates, aerobik	Sala lustrzana	Wtorek 17:00 – 18:00, 18:00 – 19:00, Czwartek 17:00 – 18:00, 18:00 – 19:00	Małgorzata Tomaszczyk
WYSOKA				
9.	Pilates, aerobik	Sala w szkole	Wtorek 19:00 – 20:00, 20:00 – 21:00, Czwartek 19:00 – 20:00, 20:00 – 21:00 początek zajęć od 17.09.2019	Małgorzata Tomaszczyk
BIELANY WROCŁAWSKIE				
10.	Pilates, aerobik	Obiekt wielofunkcyjny	Poniedziałek 18:00 – 19:00, 19:00 – 20:00, Środa 18:00 – 19:00, 19:00 – 20:00	Małgorzata Tomaszczyk
TYNIEC MAŁY				
11.	Pilates, aerobik	Tyniec Mały	Wtorek 20:00 – 21:00, 21:00 – 22:00, Czwartek 20:00 – 21:00, 21:00 – 22:00	Małgorzata Tomaszczyk
SEKCJA YOGA				
TYNIEC MAŁY				
12.	Sekcja yoga	Szkoła w Tyńcu Małym	Poniedziałek 19:00 – 20:30 Środa 19:15 – 20:45	Krystyna Burska
BIELANY WROCŁAWSKIE				
13.	Sekcja yoga	Świetlica SPZK/Obiekt Wielofunkcyjny	Piątek 18:30 – 20:00 (początek zajęć od X. 2019 r.)	Anna Żabińska
SEKCJA FIZJOTERAPIA				
14.	Sekcja fizjoterapia	Hala Sportowo Widowiskowa w Kobierzycach	Środa 17:00 – 20:00	Aleksandra Machelska
SEKCJA MODELOWANIA SYLWETKI				
KOBIERZYCE				
15.	Sekcja modelowania sylwetki	Hala Sportowa	Czwartek 16:00 – 17:30	Monika Romanów

WARSZTATY BIEGOWE**BIELANY WROCŁAWSKIE**

16.	Warsztaty biegowe	Parking przy kościele	Sobota 9:00 – 11:00	Mateusz Kozłowski
-----	-------------------	-----------------------	---------------------	-------------------

Podane terminy oraz lokalizacja zajęć może ulec zmianie.