

Harmonogram Treningów, rok szkolny 2019/2020

Pływalnia MOSiR Oświęcim

SMS Pływanie

Poniedziałek

Lp.	Godzina treningu	klasa	Trener prowadzący	uwagi
1.	(7.00-7.30 sala gim. Alicja Woźnicka) 6.45- 9.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	2h 15 min/ 3 dydaktyczne
2.	(6.45-7.30 sala Gim. Piotr Woźnicki) 6.45-9.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński, Piotr Woźnicki	2h 15 min/3 dydaktyczne
3.	9.15-11.30	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	2h 15 min/ 3 dydaktyczne
4.	15.30-17.00 15.30-17.30	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	1h 30 min/2 dydaktyczne 2h /2 dydaktyczne 30
5.	16.15-18.30	2b, 3b	Piotr Woźnicki, Przemysław Ptaszyński	2h 15 min/ 3 dydaktyczne 2h 15 min/3 dydaktyczne
6.	17.00-18.30	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	2h 30 min/ 3dydaktyczne 15 2h 30 min/ 3 dydaktyczne 15

Wtorek

Lp.	Godzina treningu	klasa	Trener prowadzący	uwagi
1.	6.45-9.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński, Piotr Woźnicki	2h 15 min/3 dydaktyczne
2.	(6.45-7.30 sala gim. Alicja Woźnicka, 7.30-9.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	
3.	9.15-11.15	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	
4.	15.45-17.15	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	
5.	16.00-17.15	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński	
6.	(16.15-17.00 sala gim.) 17.00-18.30	2b, 3b	Piotr Woźnicki	
7.	16.45-18.15	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	Mała sala + siłownia w szkole

Środa

Lp.	Godzina treningu	klasa	Trener prowadzący	uwagi
1.	6.45-9.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński, Piotr Woźnicki	
2.	(6.45-7.30 siłownia J. Zieleńska- Starzec) 6.45-9.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska –Starzec, Alicja Woźnicka	
3.	9.15-11.30	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	
4.	15.45-17.45	2b, 3b	Piotr Woźnicki	
5.	15.45-17.45	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec	
6.	16.20-18.20	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	
7.	15.30-17.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński,	Mała sala + siłownia w szkole

Czwartek

Lp.	Godzina treningu	klasa	Trener prowadzący	uwagi
1.	(7.00-7.30 sala Gim. Alicja Woźnicka) 6.45-9.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	
2.	6.45-9.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński, Piotr Woźnicki	
3.	9.30-11.30	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	
4.	15.45-17.45	1b, 1c	Alicja Woźnicka	
5.	15.15-17.45	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński	
6.	16.15-18.45	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	
7.	15.30-17.00	2b, 3b	Piotr Woźnicki	Mała sala + siłownia w szkole

Piątek

Lp.	Godzina treningu	klasa	Trener prowadzący	uwagi
1.	(6.45-7.30 sala Gim. Fitness. Jadwiga Zieleńska- Starzec)7.00-9.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	2h 15 min/ 3 dydaktyczne
2.	6.45-9.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński, Piotr Woźnicki	2h 15 min/ 3 dydaktyczne
3.	9.20-11.20	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	2h/ 2 dydaktyczne 30 min
4.	15.30-17.30 15.30-17.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	2h / 2dydaktyczne/30 min 1 h 30 min/ dydaktyczne
5.	15.45-17.45 (15.30-16.15 sala gim.) 16.15-17.45	2b, 3b	Piotr Woźnicki, Przemysław Ptaszyński	2 h/ 2 dydaktyczne 30 min
6.	(16.20-17.00 sala fitnes) 17.00-18.35	1b G	Andrzej Brania, Marek Dorywalski	2h15m/3dydaktyczne

Sobota

Lp.	Godzina treningu	klasa	Trener prowadzący	uwagi
1.	7.00-9.00	1b, 1c	Jadwiga Zieleńska-Starzec, Alicja Woźnicka	2h
2.	7.00-9.00	2b, 3b	Przemysław Ptaszyński, Piotr Woźnicki	2h
3.	7.00-9.00	1 b G	Andrzej Brania , Marek Dorywalski	2h

Harmonogram pracy trenerów pływania, rok szkolny 2019/2020

Imię i Nazwisko trenera	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	Suma
Jadwiga Zielińska-Starzec	6.45-9.00 (2h15-3d) 15.30-17.45(2h15-3d)	6.45-7.30(0.45-1d), 7.30-9.00(1h30-1d+1d) 15.45-17.15(1h30-2d)	6.45-9.00(2h15-3d) 15.30-17.45(2h15-3d)	6.45-9.00(2h15-3d) 15.30-17.45(2h15-3d)	6.45-9.00(2h15-3d) 15.30-17.45(2h15-3d)	22
Andrzej Brania	9.15-11.30 (2h15- 3d) 16.45-18.15 (1h30-2d)	9.15-10.45(1h30-2d), 10.45-11.30(0.45-1d) 16.45-18.15 (1h30 – 2d sala szkoła)	9.15-11.30 (2h15-3d) 16.20-17.50 (1h30-2d) 17.50-18.15(0.25)	9.15-11.30 (2h15-3d) 16.15-18.30 (2h15-3d)	9.15-11.30(2h15-3d) 16.15-18.30(2h15-3d)	22
Alicja Woźnicka	6.45-9.00(2h15-3d) 15.30-16.15(0.45-1d) 16.15-17.45(1h30-2d)	6.45-9.00(2h15-3d) 15.45-17.15(1h30-2d)	6.45-9.00(2h15-3d)	6.45-9.00(2h15-3d) 15.45-17.45(2h-3d)	6.45-9.00(2h15-3d) 15.30-17.45(2h15-3d)	22
Marek Dorywalski	9.15-11.30 (2h15m-3d) 17.00-18.30 (1h30m-2d)	9.15-11.30 (2h15- 3d) 16.45-18.15(1h30m-2d sala szkoła)	9.15-11.30 (2h15m – 3d) 16.20-18.20 (2h-2d,15m)	9.30-11.30 (2h-2d30m) 16.15-18.30 (2h15 m-3d)	9.20-11.20 (2h-2d30m) 16.20-18.35- (2h15m-3d)	23
Przemysław Ptaszyński	6.45-9.00 (2h15m-3d) 16.15-17.45, 18.30 (2h15m-3d)	6.45-9.00 (2h15m-3d) 16.00-17.15(1h15m-1d30m)	6.45-9.00 (2h15m-3d) 15.30-17.00 (1h30m-2d)	6.45-9.00 (2h15m-3d) 15.15-17.45 (2h30m-3d15m)	6.45-9.00(2h15m-3d) 15.30-17.45(2h15m-3d)	23
Piotr Woźnicki	6.45-9.00 (2h15m-3d) 16.15-18.30 (2h15 m-3d)	6.45-9.00 (2h15m-3d) 16.15-18.30(2h15m-3d)	6.45-9.00(2h15m-3d) 15.45-17.45 (2h-2d30m)	6.45-9.00(2h15m-3d) 15.30-17.00(1h30m-2d)	6.45-9.00(2h15m-3d) 15.45-17.45(2h-2d30m)	23