

Plan sekcji semestr zimowy – 2018/2019

Sekcja	Dzień	Godzina	Sala	Prowadzący	Terminy i uwagi
Gimnastyka – profilaktyka schorzeń kręgosłupa (2x45min)	poniedziałek	8:30	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	<b>grupa podwójna - zaawansowana:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień począwszy od 15.10.2018
Gimnastyka - profilaktyka schorzeń kręgosłupa (1x45min)	poniedziałek	10:15	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 min. co tydzień począwszy od 15.10.2018
Fitness - ćwiczenia modulujące sylwetkę, z lekkim obciążeniem	poniedziałek	11:15	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 min. co tydzień począwszy od 15.10.2018
Język angielski - kontynuacja			A114		2 godziny dydaktyczne co tydzień od .....
Gimnastyka umysłu - kompetencje społeczne	poniedziałek	16:05	B310	mgr Katarzyna Tłuczek	15.10.2018;29.10.2018;12.11.2018;26.11.2018;10.12.2018;07.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Język angielski - dawna grupa p. Gabrieli Chworoś	wtorek	12:00	A114	mgr Anna Włodarczyk	2 godziny dydaktyczne co tydzień od 16.10.2018
Kultura i sztuka	wtorek	12:00	B109	mgr I. Wieciech-Hamzaoui	23.10.2018;06.11.2018;20.11.2018;04.12.2018;18.12.2018;08.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Taniec towarzyski	wtorek	12:00	sala fitness „Angelica”	instruktor tańca Wojciech Świech	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 16.10.2018
Jęz. angielski - grupa początkująca (nowa)	środa	9:45	A114	mgr Aneta Golińska	2 godziny dydaktyczne co tydzień od 17.10.2018
Joga	środa	9:30	sala fitness „Angelica”	mgr Bożena Balcer	17.10.2018;07.11.2018;21.11.2018;05.12.2018;19.12.2018;09.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Joga	środa	9:30	sala fitness „Angelica”	mgr Bożena Balcer	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 minut począwszy od 17.10.2018
Nauka pływania	środa	10:00	piływnia „Angelica”	mgr Jarosław Grzelewski	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 17.10.2018
Spacery po Łodzi	środa	10:00	wg harmonogramu	mgr Alina Jabłońska	17.10.2018;07.11.2018;21.11.2018;05.12.2018;19.12.2018;09.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Informatyka - grupa 1 początkująca	środa	9:00	A235	mgr Andrzej Sałata	24.10.2018;14.11.2018;28.11.2018;12.12.2018;16.01.2019;30.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)

Informatyka - grupa 2 kontynuacja	środa	10:45	A235	mgr Andrzej Sałata	24.10.2018;14.11.2018;28.11.2018;12.12.2018;16.01.2019;30.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Informatyka - grupa 3 kontynuacja	środa	12:30	A235	mgr Andrzej Sałata	24.10.2018;14.11.2018;28.11.2018;12.12.2018;16.01.2019;30.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Ćwiczenia usprawniające i relaksujące dla kręgosłupa i stawów	środa	11:15	sala fitness „Angelica”	dr Małgorzata Kronenberger	17.10.2018;07.11.2018;21.11.2018;05.12.2018;19.12.2018;09.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
	środa	11:15	sala fitness „Angelica”	dr Małgorzata Kronenberger	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień począwszy od 17.10.2018
Język angielski - kontynuacja (3 sem.)	środa	12:00	A114	mgr Aneta Golińska	2 godziny dydaktyczne co tydzień od 17.10.2018
Brydż - grupa początkująca/średnio-zaawansowana	środa	14:45	B310	instruktor brydża sportowego Witold Turant	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień od 17.10.2018
Brydż - grupa zaawansowana	środa	16:30	B310	instruktor brydża sportowego Witold Turant	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień od 17.10.2018
Informatyka – grupa zaawansowana	czwartek	8:15	A206	mgr Joanna Pastusiak	25.10.2018;15.11.2018;29.11.2018;13.12.2018;10.01.2019;24.01.2010 (6 spotkań po 90 minut)
Informatyka – grupa b. zaawansowana	czwartek	8:15	A206	mgr Joanna Pastusiak (dawna grupa S. Szarugi)	18.10.2018;08.11.2018;22.11.2018;06.12.2018;20.12.2018;17.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Gimnastyka – profilaktyka schorzeń kręgosłupa (średnio-zaawansowana)	czwartek	11:50 gr.I	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	13 spotkań po 60 minut co tydzień od 18.10.2018 <b>(odpłatność za 1,5 sekcji)</b>
		13:00 gr.II	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	13 spotkań po 60 minut co tydzień od 18.10.2018 <b>(odpłatność za 1,5 sekcji)</b>
Malarstwo i rysunek	czwartek	11:30	A130	mgr Urszula Sroczyńska	18.10.2018;08.11.2018;22.11.2018;06.12.2018;20.12.2018;17.01.2019 (6 spotkań po 90 minut)
Poznajemy sztukę w muzeach	czwartek	14:00	wg harmonogramu	mgr Urszula Sroczyńska	25.10.2018;15.11.2018;29.11.2018;13.12.2018;10.01.2019;24.01.2010 (6 spotkań po 90 minut)
Gimnastyka - profilaktyka schorzeń kręgosłupa	piątek	8:30	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 19.10.2018
Fitness	piątek	9:30	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 19.10.2018
Nauka pływania	piątek	9:30	plywalnia „Angelica”	mgr Jarosław Grzelewski	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 19.10.2018
Stretching	piątek	10:30	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 19.10.2018