

**Plan sekcji semestr letni – 2019/2020**

<b>Sekcja</b>	<b>Dzień</b>	<b>Godzina</b>	<b>Sala</b>	<b>Prowadzący</b>	<b>Terminy i uwagi</b>
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 16.03.2020
Gimnastyka - profilaktyka schorzeń kręgosłupa (1x45min)	poniedziałek	10:15	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 min. co tydzień począwszy od 16.03.2020
Język angielski - grupa konwersacyjna	poniedziałek	13:15	B321	mgr Aleksandra Bukowczyk-Stranz	2 godziny dydaktyczne co tydzień od 02.03.2020 (12 spotkań)
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 16.03.2020
Gimnastyka umysłu - kompetencje społeczne	poniedziałek	16:05	B321	mgr Katarzyna Tłuczek	23.03.2020;06.04.2020;20.04.2020;04.05.2020;18.05.2020;01.06.2020
Kultura i sztuka	wtorek	12:00	B109	mgr I. Wieciech-Hamzaoui	17.03.2020;31.03.2020;14.04.2020;28.04.2020;12.05.2020;26.05.2020
Taniec towarzyski	wtorek	12:00	sala fitness „Angelica”	instruktor tańca Wojciech Świech	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 17.03.2020
Joga - ćwiczenia usprawniające kręgosłup, uwalniające stres	środa	10:00	sala fitness „Angelica”	mgr Bożena Balcer	16.10.2019;06.11.2019;20.11.2019;04.12.2019;18.12.2019;08.01.2020 (6 spotkań po 90 minut)
	środa	10:00	sala fitness „Angelica”	mgr Bożena Balcer	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 minut począwszy od 18.03.2020
Nauka pływania	środa	10:30	pływalnia „Angelica”	mgr Jarosław Grzelewski	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 18.03.2020
Spacery po Łodzi	środa	10:00	wg harmonogramu	mgr Alina Jabłońska	18.03.2020;01.04.2020;15.04.2020;29.04.2020;13.05.2020;27.05.2020 (6 spotkań po 90 minut)
Informatyka - grupa 1 początkująca	środa	8:45	A206	mgr Andrzej Sałata <b>(odpłatność za 1,5 sekcji)</b>	18.03.2020;01.04.2020;15.04.2020;29.04.2020;13.05.2020;27.05.2020 (6 spotkań po 90 minut)
Informatyka - grupa 3 kontynuacja	środa	9:00	A206	mgr Andrzej Sałata <b>(odpłatność za 1,5 sekcji)</b>	25.03.2020;08.04.2020;22.04.2020;06.05.2020;20.05.2020;03.06.2020 (6 spotkań po 90 minut)
Ćwiczenia usprawniające i relaksujące dla kręgosłupa i stawów	środa	11:45	sala fitness „Angelica”	dr Małgorzata Kronenberger	18.03.2020;01.04.2020;15.04.2020;29.04.2020;13.05.2020;27.05.2020 (6 spotkań po 90 minut)
	środa	11:45	sala fitness „Angelica”	dr Małgorzata Kronenberger	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień począwszy od 18.03.2020

Brydż - grupa początkująca/średnio-zaawansowana	środa	14:45	B109	instruktor brydża sportowego Witold Turant	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień od 18.03.2020
Brydż - grupa zaawansowana	środa	16:30	B109	instruktor brydża sportowego Witold Turant	<b>grupa podwójna:</b> 12 spotkań po 90 min. co tydzień od 18.03.2020
Informatyka – grupa zaawansowana	czwartek	8:15	A205	mgr Joanna Pastusiak	19.03.2020;02.04.2020;16.04.2020;30.04.2020;14.05.2020;28.05.2020 (6 spotkań po 90 minut)
Informatyka – grupa b. zaawansowana	czwartek	8:15	A205	mgr Joanna Pastusiak (dawna grupa S. Szarugi)	26.03.2020;09.04.2020;23.04.2020;07.05.2020;21.05.2020;04.06.2020 (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 19.03.2020 <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 19.03.2020 <b>(odpłatność za 1,5 sekcji)</b>
Malarstwo i rysunek	czwartek	11:30	A314	mgr Urszula Sroczyńska	19.03.2020;02.04.2020;16.04.2020;30.04.2020;14.05.2020;28.05.2020 (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 20.03.2020
Fitness	piątek	9:30	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 20.03.2020
Nauka pływania	piątek	9:30	pływalnia „Angelica”	mgr Jarosław Grzelewski	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 20.03.2020
Stretching	piątek	10:30	sala fitness „Angelica”	mgr Małgorzata Majewska	12 spotkań po 45 minut co tydzień począwszy od 18.10.2019