

# PLAN ZAJĘĆ

## STUDIA PODYPLOMOWE

### TRENER PERSONALNY

DZIEŃ	SALA	PRZEDMIOT	godz	prowadzący
<b>SOBOTA 08.02.20</b>				
9:00 - 11:15	ul. Rocha 9	Trening z obciążeniem własnego ciała	3	mgr Krzysztof Skibicki
11:30 - 13:45	274	Suplementacja diety	3	dr Tomasz Podgórski
14:00 - 16:15	274	Szkodliwe formy wspomaganie wysiłku	3	dr Tomasz Podgórski
<b>NIEDZIELA 09.02.20</b>				
9:00 - 11:15	ul. Rocha 9	Trening funkcjonalny i uzupełniający	3	mgr Krzysztof Skibicki
11:30 - 13:45	274	Szkodliwe formy wspomaganie wysiłku	3	dr Tomasz Podgórski
13:45 - 16:00	218	Komunikacja interpersonalna	3	dr Łukasz Bojkowski
<b>SOBOTA 15.02.20</b>				
9:00 - 11:15	37	Podstawy treningu sportowego	3	dr Krzysztof Karpowicz
11:30 - 13:45	ul. Rocha 9, s. 104	Stabilność mobilna	3	mgr Krzysztof Skibicki
13:45 - 17:30	ul. Rocha 9	Trening funkcjonalny i uzupełniający	4	mgr Krzysztof Skibicki
<b>NIEDZIELA 16.02.20</b>				
9:00 - 11:15	37	Podstawy treningu sportowego	3	dr Krzysztof Karpowicz
11:30 - 16:00	ul. Rocha 9, s. 104	Nowoczesne formy treningu	6	mgr Krzysztof Skibicki

- Sala 274 – budynek Główny AWF
- Sala 218 – nowy budynek, piętro 2
- Sala 37 – nowy budynek, poziom -1
- ul. Rocha 9 – sala gimnastyczna wejście przez Akademik
- ul. Rocha 9, sala 104 – wejście od szczytu budynku, piętro 1

#### Terminy zjazdów:

8-9.02.2020

15-16.02.2020

7-8.03.2020

14-15.03.2020

4-5.04.2020

25-26.04.2020

9-10.05.2020

16-17.05.2020

6-7.06.2020