

# DRZWI OTWARTE

## Startuj z AWF Poznań!

2 kwietnia 2016 godz. 11.00  
Hala sportowa, ul. Królowej Jadwigi 27/39

### Program

#### HALA SPORTOWO-DYDAKTYCZNA

- 11.00 – 11.10 Kamera, akcja, AWF – spot o kierunkach  
Otwarcie imprezy
- 11.10 – 11.20 Harmonia ludzkiego ciała  
– pokaz akrobatyki sportowej
- 11.25 – 11.30 Wybierz swój kierunek  
– prezentacja oferty AWF
- 11.35 – 11.55 Opowieść o tańcu – pokaz tańca współczesnego
- 11.55 – 12.00 Prezentacja oferty AWF
- 12.00 – 12.05 Dobrze zakończenie – losowanie nagród

### Praktyczna strona AWF

#### BUDYNEK GŁÓWNY

Warsztaty 15-minutowe w godzinach: 12.10-12.25, 12.30-12.45, 12.50-13.05

Pokaż na co Cię stać! A my to zmierzmy.

Laboratorium Analizy  
Ruchu Człowieka  
sala 011, wejście B

Biegasz? Sprawdź najlepsze techniki rozciągania  
mięśni.

Laboratorium Kinezyterapii  
sala C1, wejście C

Uzdrowiająca moc dotyku.

Laboratorium Kinezyterapii  
sala C1, wejście C

#### BOISKO LEKKOATLETYCZNE

Zagraj z wicemistrzyniami Europy! Hokej na trawie.  
Zajęcia 20-minutowe: 12.10-12.30 i 12.40-13.00

Zakład Zespołowych  
Gier Sportowych

Out, atak, przyłożenie. Rugby oraz gra w palanta.  
Zajęcia 20-minutowe: 13.05-13.25 i 13.30-13.50

Zakład Metodyki Rekreacji

Wypełnij kupon na Targach Edukacyjnych MTP w Poznaniu (18-20 marca br.)  
oraz w dniu imprezy – weź udział w losowaniu nagród.

#### BUDYNEK DYDAKTYCZNY

Warsztaty 15-minutowe w godzinach: 12.10-12.25, 12.30-12.45, 12.50-13.05

Fit na talerzu. Jak smacznie i zdrowo się odżywiać. Zakład Żywności i Żywnienia  
sala 14, poziom 0

Let's dance. Zajęcia z hip hopu.

Pracownia Tańca  
hall, poziom -I

„Hotel, motel, hostel – ... jak sobie pościelisz tak się wypisz”. Poznaj sposoby na tanie podróżowanie.

Zakład Kulturowych  
Podstaw Turystyki  
sala 025/026, poziom -I

Czy czujesz swoje ciało? Pomiar składu ciała.  
Pokaz i badanie: 12.10-13.40

Zakład Teorii Sportu  
sala 037, poziom -I

#### HALA SPORTOWO-DYDAKTYCZNA

HIIT oraz NEAT jako alternatywa tradycyjnych  
ćwiczeń fizycznych.

Zakład Nauk o Aktywności  
Fizycznej i Promocji Zdrowia  
sala na I piętrze

Warsztat 20-minutowy: 12.05-12.25

Bądź jak Zorro. Pokaz szermierki.

Boisko w hali

Zajęcia 15-minutowe: 12.05-12.20

Taniec emocji. Warsztat tańca współczesnego.

Boisko w hali

Zajęcia 20-minutowe: 12.30-12.50 i 12.55-13.15

### Chcesz więcej?

Dla spragnionych mocnych wrażeń sporty walki z elementami MMA!  
Warsztat 30-minutowy: 13.30-14.00, Zakład Sportów Nowoczesnych i Obronnych,  
Hala sportowa, ul. Chwiałkowskiego 38.

Pasjonaci biegania posłuchają o tym jak profesjonalnie przygotować  
się do zawodów i wezmą udział w zajęciach z ultramaratończykiem:  
12.40-13.10, Hala sportowo-dydaktyczna, sala, I piętro.

Poznacie mistrza Janka Szymańskiego, który opowie Wam co wspólnego  
mają rolki z jazdą na lodzie.

#### KAMPUS AWF POZNAŃ, UL. KRÓLOWEJ JADWIGI 27/39

Dojazd z dworca PKP: linie tramwajowe 5, 6, 12, 18 (3 przystanki).



■ BUDYNEK GŁÓWNY WEJŚCIE A  
■ BUDYNEK DYDAKTYCZNY  
■ HALA SPORTOWO-DYDAKTYCZNA – OTWARCIE IMPREZY