

PROGRAM PÓŁKOLONII – ZIMA 2019 (14-18.01.2019)

Organizator: Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie

Dzień	Godzina	Nazwa zajęć	Obiekt
PONIEDZIAŁEK	9.00 - 9.30	Spotkanie organizacyjne - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	10.00-11.15	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	10.00-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	10.00-11.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne i animacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stolówka
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	13.00-14.30	Tenis	Hala tenisowa
	13.00-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	13.00-14.00	Zajęcia pogłębiające wiedzę nt. Unii Europejskiej	Sala konferencyjno-sportowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
WTOREK	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.15	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	9.45-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	9.45-11.30	Szermierka - podstawy	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne i animacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	12.00-12.30	Obiad	Stolówka
	12.45-14.30	Tenis	Hala tenisowa
	12.45-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
ŚRODA	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.30	Szermierka - podstawy	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.15	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	9.45- 11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stolówka
	12.45-14.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	12.45-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
CZWARTEK	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.30	Szermierka - podstawy	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.00	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	10.00-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stolówka
	12.45-14.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	12.45-14.30	Tenis	Hala tenisowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
PIĄTEK	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Hala tenisowa
	9.45-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	9.30-11.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.00	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stolówka
	12.30-14.00	Tenis	Hala tenisowa
	12.45-13.45	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.00	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	12.45-14.00	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	14.15-15.00	Zbiórka uczestników-zakończenie tygodnia, wyjazd do Zielonej Góry	Hala tenisowa

PROGRAM PÓŁKOLONII – ZIMA 2018 (21-25.01.2018)

Organizator: Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji im. Zbigniewa Majewskiego w Drzonkowie



Dzień	Godzina	Nazwa zajęć	Obiekt
PONIEDZIAŁEK	9.00 - 9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.15	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	10.00-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	10.00-11.00	Zajęcia pogłębiające wiedzę nt. Unii Europejskiej	Sala konferencyjno-sportowa
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stołówka
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	13.00-14.30	Tenis	Hala tenisowa
	13.00-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	12.45-14.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne i animacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
WTOREK	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.15	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	9.45-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	9.45-11.30	Szermierka - podstawy	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.30	Zajęcia z animatorem	Sala konferencyjno-sportowa
	12.00-12.30	Obiad	Stołówka
	12.45-14.30	Tenis	Hala tenisowa
	12.45-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
ŚRODA	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.30	Szermierka - podstawy	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.15	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	9.45-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stołówka
	12.45-14.30	Zajęcia z animatorem	Sala konferencyjno-sportowa
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
CZWARTEK	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Sala konferencyjno-sportowa
	9.30-11.30	Szermierka - podstawy	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.00	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	10.00-11.30	Gry zespołowe	Hala tenisowa
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stołówka
	12.45-14.30	Zajęcia z animatorem	Sala konferencyjno-sportowa
	12.45-14.00	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	12.45-14.30	Tenis	Hala tenisowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Sala konferencyjno-sportowa
PIĄTEK	9.00-9.30	Przyjazd do Ośrodka - zbiórka, sprawdzenie listy obecności	Hala tenisowa
	10.00-11.30	Strzelanie	Strzelnica pneumatyczna
	9.30-11.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	9.45-11.00	Pływanie – dowolna zabawa – I grupa	Pływalnia kryta 25 m
	10.00-11.30	Jazda konna na lonży	Ujeżdżalnia kryta
	12.00-12.30	Obiad	Stołówka
	12.30-14.00	Tenis	Hala tenisowa
	12.45-13.45	Pływanie – dowolna zabawa – II grupa	Pływalnia kryta 25 m
	12.45-14.00	Zajęcia sportowo-rekreacyjne	Sala konferencyjno-sportowa
	14.30-15.00	Zbiórka uczestników, wyjazd do Zielonej Góry	Hala tenisowa