

Bloki w-f dla poszczególnych wydziałów	Godziny rozpoczęcia rejestracji	Dostępne dyscypliny
Poniedziałek - I rok 8.00-14.00 Wydział Filologii Polskiej i Klasycznej Wydział Neofilologii	8.00	badminton; piłka nożna mężczyzn z siłownią; szermierka; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; step; tenis stołowy; taniec;
	12.00	aerobik; fit ball; koszykówka kobiet; koszykówka mężczyzn;
	14.00	judo kobiet i mężczyzn; unihokey; tenis; MTB;
	16.00	joga; zajęcia ogólnorozwojowe;
	18.00	body control; siatkówka kobiet; siatkówka mężczyzn; power bike; zdrowy kręgosłup;
	20.00	aqua aerobik; gimnastyka lecznicza; pływanie; samoobrona; zajęcia ogólnorozwojowe i step;
	22.00	jogging; nauka pływania; alternatywne zajęcia wf dla osób z niepełnosprawnościami; zajęcia ogólnorozwojowe i fitness dla kobiet; gry i zabawy wodne;
Wtorek - I rok 8.00-12.30 Wydział Prawa i Administracji WTOREK - II rok 8.00-12.30 Wydział Matematyki i Informatyki	8.00	badminton; futsal; piłka nożna mężczyzn z siłownią; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; step;
	12.00	aerobik; fit ball; koszykówka kobiet; koszykówka mężczyzn;
	14.00	judo kobiet i mężczyzn; tenis; MTB;
	16.00	joga; zajęcia ogólnorozwojowe;
	18.00	body control; siatkówka kobiet; siatkówka mężczyzn; power bike;
	20.00	gimnastyka lecznicza; pływanie; samoobrona;
	22.00	jogging; nauka pływania; alternatywne zajęcia wf dla osób z niepełnosprawnościami; zajęcia ogólnorozwojowe i fitness dla kobiet;
Wtorek - II rok 12.30-17.00 Wydział Biologii	8.00	badminton; piłka nożna mężczyzn z siłownią; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; step; tenis stołowy;
	12.00	aerobik;
	14.00	tenis; pilates;
	16.00	joga; TRX;
	18.00	body control; power bike; zdrowy kręgosłup;
	20.00	gimnastyka lecznicza; pływanie;
	22.00	nauka pływania; zajęcia ogólnorozwojowe i fitness dla kobiet;

Środa - I rok 8.00 - 14.00 Wydział Historyczny Wydział Nauk Geograficznych i Geologicznych /bez TIR/	8.00	badminton; piłka nożna mężczyzn z siłownią; szermierka; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; step;
	12.00	aerobik; fit ball; koszykówka kobiet; koszykówka mężczyzn;
	14.00	judo kobiet i mężczyzn; tenis; pilates; MTB;
	16.00	joga; zajęcia ogólnorozwojowe; TRX;
	18.00	body control; siatkówka kobiet; siatkówka mężczyzn; power bike;
	20.00	aqua aerobic; gimnastyka lecznicza; pływanie; samoobrona;
	22.00	nauka pływania; ; zajęcia ogólnorozwojowe i fitness dla kobiet; alternatywne zajęcia wf dla osób z niepełnosprawnościami; gry i zabawy wodne;
Środa - I rok 12.30-17.00 Wydział Chemii	8.00	futsal; piłka nożna mężczyzn z siłownią; szermierka; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; step;
	12.00	aerobik; fit ball; koszykówka kobiet; koszykówka mężczyzn;
	14.00	tenis; pilates; MTB;
	16.00	joga; pływanie dla osób z niepełnosprawnościami; zajęcia ogólnorozwojowe;
	18.00	body control; siatkówka kobiet; power bike;
	20.00	gimnastyka lecznicza; pływanie;
Czwartek - I rok 8.00-14.00 Wydział Anglistyki Wydział Studiów Edukacyjnych Czwartek - II rok 8.00-14.00 Wydział Fizyki	8.00	badminton; piłka nożna mężczyzn z siłownią; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; taniec; tenis stołowy; cardio tenis;
	12.00	aerobik; fit ball; koszykówka kobiet; koszykówka mężczyzn;
	14.00	judo kobiet i mężczyzn; tenis; pilates; MTB;
	16.00	joga; zajęcia ogólnorozwojowe;
	18.00	body control; siatkówka kobiet; siatkówka mężczyzn; power bike;
	20.00	aqua aerobic; gimnastyka lecznicza; pływanie; samoobrona;
	22.00	jogging; nauka pływania; alternatywne zajęcia wf dla osób z niepełnosprawnościami; zajęcia ogólnorozwojowe i fitness dla kobiet; gry i zabawy wodne;

Czwartek - I rok 15.30-17.00 Wydział Teologiczny	16.00	zajęcia ogólnorozwojowe
Piątek - I rok 8.00-14.00 Wydział Nauk Społecznych, Wydział Nauk Politycznych i Dziennikarstwa	8.00	badminton; piłka nożna mężczyzn z siłownią; trening funkcjonalny;
	10.00	kulturystyka; step; tenis stołowy;
	12.00	aerobik; fit ball; koszykówka mężczyzn;
	14.00	judo kobiet i mężczyzn; unihokej; tenis; MTB;
	16.00	joga; zajęcia ogólnorozwojowe; TRX;
	18.00	body control; siatkówka kobiet; siatkówka mężczyzn; power bike;
	20.00	gimnastyka lecznicza; pływanie; samoobrona; zajęcia ogólnorozwojowe i step
	22.00	jogging; nauka pływania; alternatywne zajęcia wf dla osób z niepełnosprawnościami; zajęcia ogólnorozwojowe i fitness dla kobiet;
<u>UWAGA !</u> Studenci niepełnosprawni I i II roku zapisują się na zajęcia, które są dla nich przewidziane niezależnie od dnia wyszczególnego w ramowym planie zajęć z wychowania fizycznego dla studentów I i II roku studiów.		