

PLAN PÓLKOLONII SPORTOWE LATO 2022
II TYDZIEŃ 04-08.07.2022r.

DATA	GODZINA	I GRUPA	II GRUPA	III GRUPA	IV GRUPA	V GRUPA	VI GRUPA
04.07.2022 PONIEDZIAŁEK	8.00-8.15	Zbiórka – hala Lega					
	8.15-9.15	Poranny rozruch - hala					
	9.30-10.00	II śniadanie – Restauracja Astra					
	10.00-11.00	ZUMBA Hol dolny 10:00-11:00	Sala fitness/ sztuczna murawa	Boisko do gier małych/ plażowanie	Pływalnia/ plażowanie	Tenis ziemny	Windsurfing/ deska SUP
	11.30-12.30	Pływalnia/ plażowanie	ZUMBA Hol dolny 11:00-12:00	Tenis ziemny	Windsurfing/ deska SUP	Sala fitness/ sztuczna murawa	hala
	13.00-14.00	Sala fitness/ sztuczna murawa	Pływalnia/ plażowanie	ZUMBA Hol dolny 12:00-13:00	Tenis ziemny	Windsurfing/ deska SUP	Pływalnia/ plażowanie
	14.00-15.00	Obiad - Restauracja Astra					
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia					
05.07.2022 WTOREK	8.00-8.15	Zbiórka					
	8.15-9.15	Poranny rozruch - hala					
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra					
	10.00-11.00	Tenis ziemny	Windsurfing/ deska SUP	Pływalnia/ plażowanie	Sala fitness/ boisko do gier małych	Sala walk/ bieżnia LA(stadion)	ZUMBA Hol dolny 10:00-11:00
	11.30-12.30	Windsurfing/ deska SUP	Tenis ziemny	Sala fitness/ sztuczna murawa	Sala walk/ bieżnia LA(stadion)	ZUMBA Hol dolny 11:00-12:00	boisko do gier małych
	13.00-14.00	Filoraj/ plażowanie	Squash/boisko do gier małych	Windsurfing/ deska SUP	ZUMBA Hol dolny 12:00-13:00	Pływalnia/plażowanie	Tenis ziemny
	14.00-15.00	Obiad - Restauracja Astra					
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia					
06.07.2022 ŚRODA	8.00-8.15	Zbiórka					
	8.15-9.15	Poranny rozruch - hala					
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra					
	10.00-14.00	LOKALNA WYCIECZKA					
	14.00-15.00	Obiad - Restauracja Astra					
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia					
07.07.2022 CZWARTEK	8.00-8.15	Zbiórka					
	8.15-9.15	Poranny rozruch - hala					
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra					
	10.00-11.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne: squash, gry i zabawy - boisko do gier małych, figloraj, sztuczna murawa, plażowanie, tenis stołowy, tenis ziemny (4 korty), sala walk, sala fitness					
	12.00-14.00	Seans filmowy – ROK MG					
	14.00-15.00	Obiad - Restauracja Astra					
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia					
08.07.2022 PIĄTEK	8.00-8.15	Zbiórka					
	8.15-9.15	Poranny rozruch - hala					
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra					
	10.00-12.30	Zajęcia sportowo-rekreacyjne: squash, gry i zabawy - boisko do gier małych, sztuczna murawa – piłka nożna, figloraj, plażowanie, tenis stołowy, tenis ziemny (4 korty), basen (1 gr. po uzgodnieniu z kasą basenową/ratownikami w godz. 10:00-11:00), sala walk, sala fitness					
	13.00-16.00	Zakończenie turnusu – pole namiotowe (hala 13:30-15:00) - gry i zabawy - dmuchańce - rozdanie dyplomów i upominków - obiad + ognisko					