

PLAN PÓŁKOLONII SPORTOWE LATO 2025

II TURNUS: 2 tydzień 21-25.07.2025

DATA	GODZINA	I GRUPA	II GRUPA	III GRUPA	IV GRUPA	V GRUPA
PONIEDZIAŁEK	8.00-8.15	Zbiórka – hala Lega				
	8.30-9.00	II śniadanie – Restauracja Astra				
	9.30-10.00	Warsztaty profilaktyczne				
	10.00-11.00	PŁYWANIE Basen	TENIS STOŁOWY Hol dolny	ZAJĘCIA SPORTOWE hala	ANIMACJE Sale w hali/podwórko	TRAMPOLINY sala fitness godz. 10:00
	11.30-12.30	ANIMACJE Sale w hali/podwórko	PŁYWANIE Basen	TENIS STOŁOWY Hol dolny	ZAJĘCIA SPORTOWE hala	ZAJĘCIA PLASTYCZNE/ PLANSZÓWKI hol górny/dolny
	13.00-14.00	TENIS STOŁOWY Hol dolny	ANIMACJE Sale w hali/podwórko	PŁYWANIE Basen	ZAJĘCIA PLASTYCZNE/ PLANSZÓWKI hol górny/dolny	ZAJĘCIA SPORTOWE hala
	14.00-15.00	Obiad - Restauracja Astra				
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia				
WTOREK	8.00-8.15	Zbiórka				
	8.15-9.15	Poranny rozruch – podwórko/ hala/sala fitness/sala walk				
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra				
	10.00-11.00	Do wyboru grupy: tenis stołowy, plażowanie, zajęcia rekreacyjne, squash, figloraj, gry i zabawy, gry planszowe, zajęcia plastyczne, sala walk				
	11.00-13.00	OLIMPIADA SPORTOWA Hala 11:00-13:00				
	13.00-14.00	BITWA WODNA Stadion-tartan LA 13:00-14:00				
	14.00-15.00	Obiad - Restauracja Astra				
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia				
ŚRODA	8.00-8.15	Zbiórka				
	8.15-9.15	Poranny rozruch – podwórko/hala/sala fitness/sala walk				
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra				
	10.00-11.00	DZIEŃ W PLENERZE wielkie bańki mydlane, tory przeszkód, wielkie malowanie, dmuchaniec, gry i zabawy warsztaty kulinarne grill + ognisko pole namiotowe				
	11.00-12.00					
	12.00-13.00					
	13.00-14.00					
	14.00-15.00	Ćwiczenie do występu				
	15.00-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia				

CZWARTEK	8.00-8.15	Zbiórka				
	8.15-9.15	Poranny rozruch – podwórko/hala/sala fitness/sala walk				
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra				
	10.00-11.00	SAMOOBRONA Sala fitness			PŁYWANIE Basen	TENIS STOŁOWY Hol dolny
	11.30-12.30	ZAJĘCIA SPORTOWE Hala od 12.00	ZAJĘCIA PLASTYCZNE/ PLANSZÓWKI hol górny/dolny	SAMOOBRONA Sala fitness		
	13.00-14.00	ZAJĘCIA PLASTYCZNE/ PLANSZÓWKI hol górny/dolny	ZAJĘCIA SPORTOWE hala	ANIMACJE Sale w hali/podwórko	TENIS STOŁOWY Hol dolny	PŁYWANIE Basen
	14.30-16.00	Zajęcia w grupach – podsumowanie dnia				
PIĄTEK	8.00-8.15	Zbiórka				
	8.15-9.15	Poranny rozruch – podwórko/hala /sala fitness/sala walk				
	9.30-10.00	II śniadanie - Restauracja Astra				
	10.00-11.30	Do wyboru grupy: tenis stołowy, plażowanie, zajęcia rekreacyjne, figloraj, gry i zabawy, gry planszowe, zajęcia plastyczne, sala walk, sala fitness, basen				
	11.30-13.00	ZAKOŃCZENIE Występy grup, pokaz talentów, podsumowanie olimpiady hala				
	13.30-14.30	Obiad - Restauracja Astra				
	14.30-16.00	podsumowanie półkolonii, pożegnanie, pakowanie rzeczy				