



**3 WF Lic.**  
STUDIA NIESTACJONARNE

Instytut Nauk o Kulturze Fizycznej - UNIwersytet Rzeszowski

**HARMONOGRAM ZJAZDU nr: 3**

**13-14.04.2024**

Aktualizacja nr: **1**

Opracował opiekun roku:

07.00-08.30  
Seminarium dyplomowe  
dr M. Śliż

Godzina	Dzień	PIĄTEK	SOBOTA	NIEDZIELA
8:30 - 10:00		Pilka siatkowa dr J. Piech Hala Zelwerowicza gr. A	Unihokej dr M. Skrzeta Hala Zelw gr B	Seminarium dyplomowe dr. K. Przednowek, dr P. Lenik, dr. Bajorek, dr M. Śliż Cicha 109, 108,
10:15 - 11:45		Pilka siatkowa dr J. Piech Hala Zelwerowicza gr. B	Unihokej dr M. Skrzeta Hala Zelw gr A	Fitness ćw. dr J. Glińska-Właż Cicha 111
12:00 - 13:30		Fitness ćw. dr J. Glińska-Właż Cicha 111	Boks ćw. dr M. Rzepko UCLA	Fitness ćw. dr J. Glińska-Właż Cicha 111
13:45 - 15:15		Fitness ćw dr J. Glińska-Właż Cicha 111	Boks W. dr M. Rzepko UCLA	Boks W, 45 min ćw.45 min dr M. Rzepko UCLA
15:30 - 17:00		Podstawy rekreacji W. dr G. Bobula Cicha Aula		Podstawy rekreacji ćw. dr J. Herbert Cicha Aula
17:15 - 18:45		Podstawy rekreacji ćw. dr J. Herbert Hala Zelw.		Organizacja ćw. dr M. Niewczas Cicha Aula
19:00 - 20:30		Podstawy rekreacji ćw. dr J. Herbert Hala Zelw.		Podstawy prawne ćw. dr M. Niewczas Cicha Aula

PRZEDMIOTY:  
Terenoznawstwo i biegi na orientację 5M

PRZEDMIOTY CD:  
DRiW-Dyscypliny rekreacyjne do wyboru

MIEJSCE ZAJĘĆ:  
CSM UR - Centrum Symulacji Medycznej  
Cicha- Budynek INoKF, Campus Cicha  
Zelwer -Hala sportowa INoKF, ul. Zelwerowicza  
Res. - ul. Wyspiańskiego 24 (Resortnia)  
Kasp. - dolna sala gimnastyczna ul. Kasprzowicza 1  
ROSR - knyza pływalsnia ROSR ul. Pułaskiego