

**AKTYWNY ORLIK**  
**HARMONOGRAM PAŹDZIERNIK 2024**

I TYDZIEŃ	DZIEŃ TYGODNIA	DATA	LICZBA GODZIN	GODZINY ZAJĘĆ	TEMATYKA ZAJĘĆ
	poniedziałek				
	wtorek	01.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecze 7x7
	środa	02.10.	4	16:00 – 20:00	PN – prowadzenie piłki
	czwartek	03.10.	4	16:00 – 20:00	Koszykówka – rzuty do kosza
	piątek	04.10.			
	sobota	05.10.	6	09:00 – 15:00	PN – gry 5x5 / 7x7
	niedziela	06.10.	5	15:00 – 20:00	Lekkoatletyka – biegi długie

II TYDZIEŃ	DZIEŃ TYGODNIA	DATA	LICZBA GODZIN	GODZINY ZAJĘĆ	TEMATYKA ZAJĘĆ
	poniedziałek	7.10.	5	16:00 – 21:00	PN – kontrola piłki
	wtorek	8.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecze 7x7
	środa	9.10.	5	16:00 – 21:00	PN – strzały na bramkę
	czwartek	10.10.			
	piątek	11.10.	3	17:00 – 20:00	Koszykówka – gra 1x1 / 2x2
	sobota	12.10.			
	niedziela	13.10.			

III TYDZIEŃ	DZIEŃ TYGODNIA	DATA	LICZBA GODZIN	GODZINY ZAJĘĆ	TEMATYKA ZAJĘĆ
	poniedziałek	14.10.	5	16:00 – 21:00	PN – kontrola piłki – zwody
	wtorek	15.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecz 7x7
	środa	16.10.	5	16:00 – 21:00	PN – prowadzenie piłki.
	czwartek	17.10.	2	19:00 – 21:00	PN – Mecz 7x7
	piątek	18.10.			
	sobota	19.10.	6	9:00 – 15:00	PN – mecze 2x2/3x3/4x4/5x5
	niedziela	20.10.	5	15:00 – 20:00	Koszykówka – mecze 5x5

IV TYDZIEŃ	DZIEŃ TYGODNIA	DATA	LICZBA GODZIN	GODZINY ZAJĘĆ	TEMATYKA ZAJĘĆ
	poniedziałek	21.10.	4	16:00 – 20:00	PN – prowadzenie piłki
	wtorek	22.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecze 7x7
	środa	23.10.	5	16:00 – 21:00	PN – nauka zwodów
	czwartek	24.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecz 7x7
	piątek	25.10.	2	18:00 – 20:00	PN – doskonalenie zwodów
	sobota	26.10.	6	09:00 – 15:00	Lekkoatletyka – biegi długie
	niedziela	27.10.	7	10:00 – 12:00 15:00 – 20:00	PN – 7x7 mini mecze 2x2/3x3/4x4/5x5

<b>V TYDZIEŃ</b>	<b>DZIEŃ TYGODNIA</b>	<b>DATA</b>	<b>LICZBA GODZIN</b>	<b>GODZINY ZAJĘĆ</b>	<b>TEMATYKA ZAJĘĆ</b>
	poniedziałek	28.10.	4	16:00 – 20:00	PN – kontrola piłki
	wtorek	29.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecze 7x7
	środa	30.10.	4	16:00 – 20:00	PN – mecze 4x4
	czwartek	31.10.	2	19:00 – 21:00	PN – mecze 7x7
	piątek				
	sobota				
	niedziela				