PLAN ZAJĘĆ Kursy Jednoroczne „ŻAK” W SKIERNIEWICACH

Zajęcia odbędą się w pracowniach Żak ul. Lelewela 16 (np. Sala nr6 ul. Lelewela 16)
oraz na siłowni West Site ul. Batorego 33

30.09.2023		**Trener Personalny JSTP II + I**	**s**	**Dekorator Wnętrz JSDW II + I**	**s**	**Masaż i SPA sem 1 JSMSPA I**	**s**	**Masaż i SPA sem 2 JSMSPA II**	**s**	**Rachunkowość i Finanse sem 1 JSRIF I**	**s**	**Rachunkowość i Finanse sem 2 JSRIF II**	**s**
1.	**8.00 – 9.30**	Metodyka ćwiczeń fitness	**Siłownia West Site ul. Batorego 33**	x		x		x					
2.	**9.40 – 11.10**	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające		x		x		x		Podstawy ekonomii	**Sala nr 6 ul. Lelewela 16**	Podstawy ekonomii	**Sala nr 6 ul. Lelewela 16**
3.	**11.20 – 12.50**	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające		x		x		x		Podstawy ekonomii		Podstawy ekonomii	
4.	**13.00 – 14.30**	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające		x		x		x		Zasady rachunkowości			
5.	**14.40-16.10**	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające		x		x		x		Zasady rachunkowości			
6.	**16.20-17.50**												
01.10.2023		**Trener Personalny JSTP II + I**	**s**	**Dekorator Wnętrz JSDW II + I**	**s**	**Masaż i SPA sem 1 JSMSPA I**	**s**	**Masaż i SPA sem 2 JSMSPA II**	**s**	**Rachunkowość i Finanse sem 1 JSRIF I**	**s**	**Rachunkowość i Finanse sem 2 JSRIF II**	**s**
1.	**8.00 – 9.30**	x		x		Teoria masażu	**Sala nr 5 ul. Lelewela 16**	Teoria masażu	**Sala nr 5 ul. Lelewela 16**	x		x	
2.	**9.40 – 11.10**	x		x		Teoria masażu		Teoria masażu		x		x	
3.	**11.20 – 12.50**	x		x		Podstawy anatomii, fizjologii i fizjopatologii		Podstawy anatomii, fizjologii i fizjopatologii		x		x	
4.	**13.00 – 14.30**												