

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

25.11.2023		Trener Personalny II + I JSTP	s	Dekorator Wnętrz JSDW 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	Podstawy działalności gospodarczej	16	Projektowanie i ergonomia wnętrz mieszkalnych	zoom	Pracownia masażu	15	Pracownia masażu	15	*zajęcia od 9:15* Zasady rachunkowości	zoom		
2.	9.40 – 11.10	Trening umiejętności interpersonalnych	16	Projektowanie i ergonomia wnętrz mieszkalnych	zoom	Pracownia masażu	15	Pracownia masażu	15	Zasady rachunkowości	zoom		
3.	11.20 – 12.50	Opracowanie indywidualnych programów treningowych	16	Projektowanie kuchni i łazienki	zoom	Pracownia masażu	15	Pracownia masażu	15	Wynagrodzenia i podatki	zoom	Wynagrodzenia i podatki	zoom
4.	13.00 – 14.30	Opracowanie indywidualnych programów treningowych	16	Projektowanie kuchni i łazienki	zoom	Masaż relaksacyjny SPA	15	Masaż relaksacyjny SPA	15	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom
5.	14.40-16.10	Opracowanie indywidualnych programów treningowych	16			Podstawy działalności gospodarczej	15	Podstawy działalności gospodarczej	15	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom
6.	16.20-17.50					Podstawy działalności gospodarczej	15	Podstawy działalności gospodarczej	15				
26.11.2023		Trener Personalny II + I JSTP	s	Dekorator Wnętrz JSDW 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	Prowadzenie zajęć indywidualnych fitness z wykorzystaniem muzyki	Siłownia West Site ul. Batorego 33	Światło i kolor we wnętrzach	zoom	Pracownia masażu	15	Pracownia masażu	15	*zajęcia od 9:00* Wynagrodzenia i podatki	zoom	*zajęcia od 9:00* Wynagrodzenia i podatki	zoom
2.	9.40 – 11.10	Prowadzenie zajęć indywidualnych fitness z wykorzystaniem muzyki		Projektowanie i ergonomia wnętrz mieszkalnych	zoom	Pracownia masażu	15	Pracownia masażu	15	Wynagrodzenia i podatki	zoom	Wynagrodzenia i podatki	zoom
3.	11.20 – 12.50	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające		Projektowanie kuchni i łazienki	zoom	Pracownia masażu	15	Pracownia masażu	15	Wynagrodzenia i podatki	zoom	Wynagrodzenia i podatki	zoom
4.	13.00 – 14.30	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające				Masaż relaksacyjny SPA	15	Masaż relaksacyjny SPA	15	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom
5.	14.40-16.10	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające				Teoria masażu	15	Teoria masażu	15	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom
6.	16.20-17.50						Blok powtórkowy (anat, fizj, fizjopat, teoria, pracownia, masaż całego ciała)	15		15	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	zoom	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków