PLAN ZAJĘĆ CNiB-Szkoła Jednoroczna „ŻAK" W SKIERNIEWICACH

Zajęcia odbędą się w pracowniach Żak ul. Lelewela 16, Szkole SP 1 , zoom ,

* Kilińskiego 9 (np.1, 3, 17 itp.), Pracownie ul. Lelewela 16 (np. Pracownia Opieki nr 7, Pracownia dydaktyczna nr 6 itp.,)

29.10.2022		**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**		**Siłownia WEST SITE FITNESS ul. Batorego 36**	**Światło i kolor we wnętrzach**	**zoom**	Podstawy anatomii, fizjologii i fizjopatologii	**15**	Podstawy anatomii, fizjologii i fizjopatologii	**15**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
2.	**9.40 – 11.10**			**Tkaniny i inne materiały dekoracyjne zajęcia do 10:15**	**zoom**	Teoria masażu	**15**	Teoria masażu	**15**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
3.	**11.20 – 12.50**	**Zajęcia od 12:00** Prowadzenie zajęć indywidualnych fitness z wykorzystaniem muzyki				Pracownia masażu	**15**	Pracownia masażu	**15**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
4.	**13.00 – 14.30**	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające		*** link do zajęć z na mailu grupowym**		Pracownia masażu	**15**	Pracownia masażu	**15**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
5.	**14.40-16.10**	Ćwiczenia siłowe, aerobowe, rozciągające i wyciszające				Masaż relaksacyjny SPA	**15**	Masaż relaksacyjny SPA	**15**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
6.	**16.20-17.50**	Metodyka ćwiczeń fitness				*** Prosimy pamiętać o wygodnym stroju/ sportowym.**		*** Prosimy pamiętać o wygodnym stroju/ sportowym.**					
7.	**18.00-19.30**	*** Prosimy pamiętać o wygodnym stroju I obuwiu sportowym.**											-
30.10.2022		**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**	Trening umiejętności społecznych	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	x		Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
2.	**9.40 – 11.10**	Trening umiejętności społecznych	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	x		Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
3.	**11.20 – 12.50**	Trening umiejętności społecznych	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	x		Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
4.	**13.00 – 14.30**	Trening umiejętności społecznych	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	Podstawy psychologii z elementami treningu interpersonalnego	**zoom**	x		Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**	Rozliczanie wynagrodzeń i podatków	**zoom**
5.	**14.40-16.10**	*** link do zajęć z na mailu grupowym**		*** link do zajęć z na mailu grupowym**		*** link do zajęć z na mailu grupowym**							
6.	**16.20-17.50**												
7.	**18.00-19.30**												-