







Wskocz do AZS wygraj zdrowie i bądź w formie

Zakreślonych sportowo i nie tylko zachęcamy do podnoszenia sprawności fizycznej oraz rozwijania swoich pasji poprzez udział w zajęciach sportowo - rekreacyjnych organizowanych przez *Klub Uczelniany Akademickiego Związku Sportowego PWSZ w Elblągu*.

W roku akademickim 2017/2018 zachęcamy do udziału w zajęciach w niżej wymienionych sekcjach:

Sekcja	Miejsce	Dzień zajęć	Terminy i miejsca pierwszych spotkań	Prowadzący
Jeździecka <i>Zwalnia z zajęć wychowania fizycznego</i>	Zastawno k/Elbląga 	Do uzgodnienia z uczestnikami	Poniedziałek 09.10.2017r. godz.18.00 Hol – Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	mgr Henryka Szumna
Piłka Nożna / Futsal <i>Zwalnia z zajęć w.f.</i>	Sala sportowa IV LO, ul.Sienkiewicza 	Poniedziałek 18.30 – 20.00 Środa 18.30 – 20.00	Środa 11.10.2017r. godz. 18.30 Sala sportowa IV LO, ul.Sienkiewicza	mgr Remigiusz Podhorodecki
Siatkówka Kobiet <i>Zwalnia z zajęć w.f.</i>	CSE „Światowid”, Pl.Jagiellończyka 1 	Poniedziałek 16.45 – 18.15 Czwartek 16.45 – 18.15	Poniedziałek 09.10.2017r. godz. 17.00 CSE „Światowid”, Pl.Jagiellończyka 1	mgr Adam Jażdżyński
Siatkówka Mężczyzn <i>Zwalnia z zajęć w.f.</i>	CSE „Światowid”, Pl.Jagiellończyka 1 	Poniedziałek 18.15 – 19.45 Czwartek 18.15 – 19.45	Poniedziałek 09.10.2017r. godz. 18.00 CSE „Światowid”, Pl.Jagiellończyka 1	mgr Adam Jażdżyński
Turystyczna <i>Zwalnia z zajęć w.f.</i>	Wysoczyzna elbląska	Sobota - wybrane soboty	Wtorek 10.10.2017r. godz. 18.00 Budynek Uczelni ul. Czerniakowska 22	mgr Janusz Świątkowski
Koszykówki <i>Zwalnia z zajęć w.f.</i>	Informacja po zebraniu grupy	Informacja po zebraniu grupy 	Środa 11.10.2017r. godz. 17.00 Budynek PWSZ w Elblągu Al. Grunwaldzka 137 – hol	mgr Aleksander Misiewicz
Żeglarska <i>Nie zwalnia z zajęć wychowania fizycznego</i>	Nadbrzeże k/Elbląga; jeziora mazurskie	Zajęcia od 1 maja 2018 roku; piątek, sobota, niedziela	W drugim tygodniu kwietnia 2018r. Data zostanie podana w późniejszym terminie.	mgr Tomasz Szuszkiewicz
Taniec Towarzyski+ fitness <i>nie zwalnia z w-f; zajęcia prowadzone w formie kursu</i>	Sala teatralna, Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna 	Poniedziałek 18.00 – 19.30	Poniedziałek 09.10.2017 r., godz.18.00 Sala teatralna, Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	Alicja Minkiewicz
Strzelanie <i>nie zwalnia z w-f; zajęcia prowadzone w formie kursu</i>	KS „Orzeł” – w budynku Krytej Pływalni MOSiR ul. Robotnicza	Do uzgodnienia z grupą; np.: poniedziałek, środa: 17.30 – 18.30	Wtorek 10.10.2017r. godz. 18.00 Hol – Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	mgr Henryka Szumna mgr Bartosz Czerniawski
Pływanie <i>nie zwalnia z w-f; zajęcia prowadzone w formie kursu</i>	Centrum Rekreacji Wodnej; ul. Stanisława Moniuszki 25; 82-300 Elbląg	Wtorek 18.15 – 19.45 Środa 18.15 – 19.45 Czwartek 17.45 – 19.15	Wtorek 10.10.2017r. godz. 17.00 Hol – Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	mgr Henryka Szumna

oraz kursach i zajęciach, które **nie zwalniają** z zajęć wychowania fizycznego:

Rodzaj zajęć, kursu	Miejsce	Dzień zajęć	Godziny	Prowadzący
Fitness – brzuch uda pośladki	Sala teatralna, Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	Środa	17.00 – 18.30	Alicja Minkiewicz
Nauka pływania dla początkujących	Centrum Rekreacji Wodnej; ul. Stanisława Moniuszki 25; 82-300 Elbląg	wtorek	18.15 – 19.45	mgr Henryka Szumna
Nauka pływania dla średniozaawansowanych	Centrum Rekreacji Wodnej; ul. Stanisława Moniuszki 25; 82-300 Elbląg	Środa	18.15 – 19.45	mgr Henryka Szumna
Doskonalenia pływania dla zaawansowanych	Centrum Rekreacji Wodnej; ul. Stanisława Moniuszki 25; 82-300 Elbląg	Czwartek	17.45 – 19.15	mgr Henryka Szumna
Strzelanie sportowe	KS „Orzeł” – w budynku Krytej Pływalni MOSiR ul. Robotnicza	poniedziałek środa	17.30 – 18.30 17.30 – 18.30	mgr Janusz Świątkowski mgr Adam Jazdzyński
Fitness na siłowni 	Sala teatralna, Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	Poniedziałek Wtorek Środa Czwartek Piątek	18.00 – 19.30 18.00 – 19.30 16.30 – 18.00 16.00 – 17.30 16.30 – 18.00	mgr Henryka Szumna mgr Adam Jazdzyński mgr Henryka Szumna mgr Henryka Szumna mgr Adam Jazdzyński
Planszówkowy Zawrót Głowy – gry strategiczne	Dom Studencki „Na Wspólnej”, ul. Wspólna	1 x w m-cu czwartek	17.00 – 20.00	mgr Henryka Szumna Mariusz Gągalski
Rozgrywki uczelniane – Puchar PWSZ w Elblągu	Sala sportowa IV LO, ul. Sienkiewicza	Piątek	18.30 – 20.00	mgr Remigiusz Podhorodecki



W sekcjach, na kursach i zajęciach ilość miejsc jest ograniczona. Warunkiem udziału w zajęciach sekcji, kursach i zajęciach fakultatywnych jest posiadanie **aktualnej legitymacji ISIC AZS**, która zawiera ubezpieczenie, kilka tysięcy zniżek w kraju i za granicą oraz upoważnia do udziału w imprezach sportowo – rekreacyjnych organizowanych przez KU AZS PWSZ Elbląg.

Dodatkowe informacje można uzyskać u mgr Henryki Szumnej - Prezes KU AZS PWSZ w Elblągu - osobiście we **wtorki godz.14.00 - 15.30** lub poprzez e-mail: h.szumna@pwsz.elblag.pl



Koszt legitymacji to 55 złotych.

Zapraszamy!!!