

PLAN ZAJĘĆ SEKCJI JUDO 2022/2023
Gdańsk Chełm, ZSO nr 7

Info: 509 411 704		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
Gdańsk Chełm, ul. Chałubińskiego 13, sala judo ZSO 7	grupa naborowa, dzieci 5-7 lat		16:50-17:35 (Ł. Kotlik)			16:30-17:15 (Ł. Kotlik)	10:00-11:30 45' siłownia, 45' mata judo
	grupa dzieci 7-9 lat		17:55-19:10 (Ł. Kotlik)			17:35-18:40 (Ł. Kotlik)	
	grupa dzieci zaawansowana 10-13 lat			17:25-18:25 (I. Daško, Ł. Kotlik)	16:00-17:00 (Ł. Kotlik)		
	grupa młodzików i starsze dzieci 12-15 lat, przydział wg zaleceń trenera	17:00-18:30 (I. Kotlik)		18:45-20:15 (I. Daško, Ł. Kotlik)	17:15-18:30 (Ł. Kotlik)		
	grupa zaawansowana, juniorzy, 16 lat i starsi	19:00-20:30 (T. Kowalski, I. Kotlik)	18:00-20:15 Trening ogólnorozwojowy (I. Kotlik)	17:30-19:00 Randori AWFIS	18:45-20:15 (I. Kotlik)	19:00-20:30 (T. Kowalski, I. Kotlik)	

Gdańsk Orunia Górna, SP 19

Info: 509 411 704		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
Gdańsk Górna Orunia, ul. Hoene 6, SP 19	grupa naborowa, dzieci 5-7 lat		17:00-17:45 (I. Kotlik)		17:00-17:45 (I. Kotlik)		Udział w zawodach zgodnie z zaleceniami trenera.
	grupa dzieci 7-9 lat		18:00-19:00 (I. Kotlik)	Zajęcia dodatkowe na Chełmie po uzgodnieniu z trenerem	18:00-19:00 (I. Daško)		
	grupa dzieci zaawansowana 10-13 lat	17:30-19:00 (Ł. Kotlik)					

Gdańsk Morena, SP 1

Info: 505 076 110		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
Gdańsk Morena, ul. Gojawczyńskiej 10, SP 1	grupa naborowa, dzieci 5-7 lat	17:30-18:15 (I. Daško)				17:30-18:15 (I. Daško)	Udział w zawodach zgodnie z zaleceniami trenera.
	grupa dzieci 7-9 lat	18:30-19:30 (I. Daško)		Zajęcia dodatkowe na Chełmie po uzgodnieniu z trenerem		18:30-19:30 (I. Daško)	

Gdańsk Ujeścisko, SP 12

Info: 606 806 410		poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
Gdańsk Ujeścisko, ul. Człuchowska 6, SP 12	grupa naborowa, dzieci 5-7 lat	17:00-17:45 (M. Liberadzki)			17:00-17:45 (M. Liberadzki)		Udział w zawodach zgodnie z zaleceniami trenera.
	grupa dzieci 7-9 lat	18:00-19:00 (M. Liberadzki)		Zajęcia dodatkowe na Chełmie po uzgodnieniu z trenerem	18:00-19:00 (M. Liberadzki)		

Kontakt z trenerami:

Irek 509 411 704
Irek 509 411 704
Łukasz 512 240 371
Ilona 505 076 110
Marcin 606 806 410

Chełm
Górna Orunia
Chełm
Morena
Ujeścisko

Koordinacja wszystkich zajęć