

ODDZIAŁ OPOLE - PLAN ZAJĘĆ NA ROK 2022/2023

| Poniedziałek |  |   | Wtorek      |   |  | Środa       |  |   | Czwartek    |  |  | Piątek      |               |  | Soboty      |               |                |
|--------------|--|---|-------------|---|--|-------------|--|---|-------------|--|--|-------------|---------------|--|-------------|---------------|----------------|
| Godzina      | Sala Czerwona  | Sala Niebieska                                | Godzina     | Sala Czerwona                                   | Sala Niebieska   | Godzina     | Sala Czerwona  | Sala Niebieska  | Godzina     | Sala Czerwona  | Sala Niebieska   | Godzina     | Sala Czerwona | Sala Niebieska   | Godzina     | Sala Czerwona | Sala Niebieska |
| 9:00-9:15    |  |   | 9:00-9:15   |   |  | 9:00-9:15   |  |   | 9:00-9:15   |  |  | 9:00-9:15   |               |  | 9:00-9:15   |               |                |
| 9:15-9:30    |  |   | 9:15-9:30   |   |  | 9:15-9:30   |  |   | 9:15-9:30   |  |  | 9:15-9:30   |               |  | 9:15-9:30   |               |                |
| 9:30-9:45    |  |   | 9:30-9:45   |   |  | 9:30-9:45   |  |   | 9:30-9:45   |  |  | 9:30-9:45   |               |  | 9:30-9:45   |               |                |
| 9:45-10:00   |  |   | 9:45-10:00  |   |  | 9:45-10:00  |  |   | 9:45-10:00  |  |  | 9:45-10:00  |               |  | 9:45-10:00  |               |                |
| 10:00-10:15  |  |   | 10:00-10:15 |   |  | 10:00-10:15 |  |   | 10:00-10:15 |  |  | 10:00-10:15 |               |  | 10:00-10:15 |               |                |
| 10:15-10:30  |  |   | 10:15-10:30 |   |  | 10:15-10:30 |  |   | 10:15-10:30 |  |  | 10:15-10:30 |               |  | 10:15-10:30 |               |                |
| 10:30-10:45  |  |   | 10:30-10:45 |   |  | 10:30-10:45 |  |   | 10:30-10:45 |  |  | 10:30-10:45 |               |  | 10:30-10:45 |               |                |
| 10:45-11:00  |  |   | 10:45-11:00 |   |  | 10:45-11:00 |  |   | 10:45-11:00 |  |  | 10:45-11:00 |               |  | 10:45-11:00 |               |                |
| 11:00-11:15  |  |   | 11:00-11:15 |   |  | 11:00-11:15 |  |   | 11:00-11:15 |  |  | 11:00-11:15 |               |  | 11:00-11:15 |               |                |
| 11:15-11:30  |  |   | 11:15-11:30 |   |  | 11:15-11:30 |  |   | 11:15-11:30 |  |  | 11:15-11:30 |               |  | 11:15-11:30 |               |                |
| 11:30-11:45  |  |   | 11:30-11:45 |   |  | 11:30-11:45 |  |   | 11:30-11:45 |  |  | 11:30-11:45 |               |  | 11:30-11:45 |               |                |
| 11:45-12:00  |  |   | 11:45-12:00 |   |  | 11:45-12:00 |  |   | 11:45-12:00 |  |  | 11:45-12:00 |               |  | 11:45-12:00 |               |                |
| 12:00-12:15  |  |   | 12:00-12:15 |   |  | 12:00-12:15 |  |   | 12:00-12:15 |  |  | 12:00-12:15 |               |  | 12:00-12:15 |               |                |
| 12:15-12:30  |  |   | 12:15-12:30 |   |  | 12:15-12:30 |  |   | 12:15-12:30 |  |  | 12:15-12:30 |               |  | 12:15-12:30 |               |                |
| 12:30-12:45  |  |   | 12:30-12:45 |   |  | 12:30-12:45 |  |   | 12:30-12:45 |  |  | 12:30-12:45 |               |  | 12:30-12:45 |               |                |
| 12:45-13:00  |  |   | 12:45-13:00 |   |  | 12:45-13:00 |  |   | 12:45-13:00 |  |  | 12:45-13:00 |               |  | 12:45-13:00 |               |                |
| 13:00-13:15  |  |   | 13:00-13:15 |   |  | 13:00-13:15 |  |   | 13:00-13:15 |  |  | 13:00-13:15 |               |  | 13:00-13:15 |               |                |
| 13:15-13:30  |  |   | 13:15-13:30 |   |  | 13:15-13:30 |  |   | 13:15-13:30 |  |  | 13:15-13:30 |               |  | 13:15-13:30 |               |                |
| 13:30-13:45  |  |   | 13:30-13:45 |   |  | 13:30-13:45 |  |   | 13:30-13:45 |  |  | 13:30-13:45 |               |  | 13:30-13:45 |               |                |
| 13:45-14:00  |  |   | 13:45-14:00 |   |  | 13:45-14:00 |  |   | 13:45-14:00 |  |  | 13:45-14:00 |               |  | 13:45-14:00 |               |                |
| 14:00-14:15  |  |   | 14:00-14:15 |   |  | 14:00-14:15 |  |   | 14:00-14:15 |  |  | 14:00-14:15 |               |  | 14:00-14:15 |               |                |
| 14:15-14:30  |  |   | 14:15-14:30 |   |  | 14:15-14:30 |  |   | 14:15-14:30 |  |  | 14:15-14:30 |               |  | 14:15-14:30 |               |                |
| 14:30-14:45  |  |   | 14:30-14:45 |   |  | 14:30-14:45 |  |   | 14:30-14:45 |  |  | 14:30-14:45 |               |  | 14:30-14:45 |               |                |
| 14:45-15:00  |  |   | 14:45-15:00 |   |  | 14:45-15:00 |  |   | 14:45-15:00 |  |  | 14:45-15:00 |               |  | 14:45-15:00 |               |                |
| 15:00-15:15  |  |   | 15:00-15:15 |   |  | 15:00-15:15 |  |   | 15:00-15:15 |  |  | 15:00-15:15 |               |  | 15:00-15:15 |               |                |
| 15:15-15:30  |  |   | 15:15-15:30 |   |  | 15:15-15:30 |  |   | 15:15-15:30 |  |  | 15:15-15:30 |               |  | 15:15-15:30 |               |                |
| 15:30-15:45  |  |   | 15:30-15:45 |   | Mix Taneczny (4-6 latki)<br>TOMEK<br>15:30 - 16:00           | 15:30-15:45 |  |   | 15:30-15:45 |  | Baby Balet (3-4 latki)<br>OLA<br>15:30 - 16:00               | 15:30-15:45 |               |  | 15:30-15:45 |               |                |
| 15:45-16:00  |  |   | 15:45-16:00 |   |  | 15:45-16:00 |  |   | 15:45-16:00 |  |  | 15:45-16:00 |               |  | 15:45-16:00 |               |                |
| 16:00-16:15  |  |   | 16:00-16:15 | Tap Dance Podstawy<br>ESTERA<br>16:00 - 17:00   | Gimnastyka dla dzieci<br>(3-6 lat)<br>TOMEK<br>16:10 - 16:55 | 16:00-16:15 |  |   | 16:00-16:15 | Pole Dance (5-7 latki)<br>od podstaw<br>OLA<br>16:00-16:45 |  | 16:00-16:15 |               | Tap Dance<br>Kontynuacja<br>TOMEK<br>16:00 - 17:00         | 16:00-16:15 |               |                |
| 16:15-16:30  |  |   | 16:15-16:30 |   |  | 16:15-16:30 |  |   | 16:15-16:30 |  |  | 16:15-16:30 |               |  | 16:15-16:30 |               |                |
| 16:30-16:45  | Pole Dance dla dzieci<br>Kontynuacja<br>OLA<br>16:30-17:45 |   | 16:30-16:45 |   |  | 16:30-16:45 | Salsa & Bachata Solo<br>(powyżej 13 lat)<br>MARTYNA<br>16:30 - 17:30 | Hip-HOP/New AGE<br>(8-12 lat)<br>EDYTA<br>16:30 - 17:30                 | 16:30-16:45 |  | Zespół ROYALKI<br>(7-9 lat)<br>TOMEK<br>16:15 - 17:15        | 16:30-16:45 |               |  | 16:30-16:45 |               |                |
| 16:45-17:00  |  |   | 16:45-17:00 |   |  | 16:45-17:00 |  |   | 16:45-17:00 | Pole Dance (8-12 lat)<br>od podstaw<br>OLA<br>16:50-17:50  |  | 16:45-17:00 |               |  | 16:45-17:00 |               |                |
| 17:00-17:15  |  |   | 17:00-17:15 |   | Zespół ROYALKI<br>(7-9 lat)<br>TOMEK<br>17:00 - 18:00        | 17:00-17:15 |  |   | 17:00-17:15 |  |  | 17:00-17:15 |               | Zespół Salsa Loca<br>OLA<br>17:05 - 18:05                  | 17:00-17:15 |               |                |
| 17:15-17:30  |  |   | 17:15-17:30 | Hip-Hop<br>(5-7 lat)<br>ESTERA<br>17:10 - 18:10 |  | 17:15-17:30 |  |   | 17:15-17:30 |  | Gimnastyka dla dzieci<br>(7-9 lat)<br>TOMEK<br>17:20 - 18:20 | 17:15-17:30 |               |  | 17:15-17:30 |               |                |
| 17:30-17:45  |  |   | 17:30-17:45 |   |  | 17:30-17:45 | Salsa & Bachata Solo<br>(7-12 lat)<br>MARTYNA<br>17:35 - 18:35       | Hip-HOP/New AGE<br>(powyżej 13 lat)<br>EDYTA<br>17:35 - 18:35           | 17:30-17:45 |  |  | 17:30-17:45 |               |  | 17:30-17:45 |               |                |
| 17:45-18:00  |  |   | 17:45-18:00 |   |  | 17:45-18:00 |  |   | 17:45-18:00 |  |  | 17:45-18:00 |               |  | 17:45-18:00 |               |                |
| 18:00-18:15  |  |   | 18:00-18:15 |   |  | 18:00-18:15 |  |   | 18:00-18:15 |  |  | 18:00-18:15 |               |  | 18:00-18:15 |               |                |
| 18:15-18:30  | Pole Dance S1<br>OLA<br>18:00-19:15                        | Motoryka<br>DAMIAN<br>18:20 - 19:20           | 18:15-18:30 |   |  | 18:15-18:30 |  |   | 18:15-18:30 |  | Pole Dance S1<br>OLA<br>18:00-19:15                          | 18:15-18:30 |               |  | 18:15-18:30 |               |                |
| 18:30-18:45  |  |   | 18:30-18:45 |   | Modern Jazz<br>Młodzież<br>TOMEK<br>18:10 - 19:25            | 18:30-18:45 |  |   | 18:30-18:45 |  |  | 18:30-18:45 |               | Technika Tańca<br>ZESPOŁY TANECZNE<br>OLA<br>18:10 - 19:40 | 18:30-18:45 |               |                |
| 18:45-19:00  |  |   | 18:45-19:00 |   |  | 18:45-19:00 |  |   | 18:45-19:00 |  | ZUMBA dla dorosłych<br>KASIA<br>18:30 - 19:30                | 18:45-19:00 |               |  | 18:45-19:00 |               |                |
| 19:00-19:15  |  |   | 19:00-19:15 |   |  | 19:00-19:15 | Pole Dance P0<br>PAULINA<br>19:00-20:00<br>od października           | High Heels<br>Kontynuacja<br>(powyżej 16 lat)<br>EDYTA<br>18:40 - 20:10 | 19:00-19:15 |  |  | 19:00-19:15 |               |  | 19:00-19:15 |               |                |
| 19:15-19:30  |  |   | 19:15-19:30 |   |  | 19:15-19:30 |  |   | 19:15-19:30 |  |  | 19:15-19:30 |               |  | 19:15-19:30 |               |                |
| 19:30-19:45  |  |   | 19:30-19:45 |   |  | 19:30-19:45 |  |   | 19:30-19:45 | Stretching<br>OLA<br>19:15 - 20:15                         |  | 19:30-19:45 |               |  | 19:30-19:45 |               |                |
| 19:45-20:00  | Pole Dance P1<br>OLA<br>19:30-20:45                        | Motoryka<br>DAMIAN<br>19:30 - 20:30           | 19:45-20:00 |   |  | 19:45-20:00 |  |   | 19:45-20:00 |  | Salsa Solo dla kobiet<br>MARTYNA<br>19:45 - 20:30            | 19:45-20:00 |               |  | 19:45-20:00 |               |                |
| 20:00-20:15  |  |   | 20:00-20:15 |   | Zespół Salsa Loca<br>TOMEK<br>19:30 - 20:45                  | 20:00-20:15 |  |   | 20:00-20:15 |  |  | 20:00-20:15 |               | Motoryka<br>ZESPOŁY TANECZNE<br>DAMIAN<br>19:45 - 21:00    | 20:00-20:15 |               |                |
| 20:15-20:30  |  |   | 20:15-20:30 |   |  | 20:15-20:30 |  |   | 20:15-20:30 |  |  | 20:15-20:30 |               |  | 20:15-20:30 |               |                |
| 20:30-20:45  |  | ZUMBA dla dorosłych<br>KASIA<br>20:35 - 21:35 | 20:30-20:45 |   |  | 20:30-20:45 | Pole Dance P0<br>PAULINA<br>20:10-21:10<br>od października           | High Heels<br>Podstawy<br>(powyżej 16 lat)<br>EDYTA<br>20:15 - 21:30    | 20:30-20:45 |  | Bachata Solo dla kobiet<br>MARTYNA<br>20:35 - 21:20          | 20:30-20:45 |               |  | 20:30-20:45 |               |                |
| 20:45-21:00  |  |   | 20:45-21:00 |   | Social Dance dla par<br>TOMEK I MARTYNA<br>20:50 - 21:50     | 20:45-21:00 |  |   | 20:45-21:00 |  |  | 20:45-21:00 |               |  | 20:45-21:00 |               |                |
| 21:00-21:15  |  |   | 21:00-21:15 |   |  | 21:00-21:15 |  |   | 21:00-21:15 |  |  | 21:00-21:15 |               |  | 21:00-21:15 |               |                |
| 21:15-21:30  |  |   | 21:15-21:30 |   |  | 21:15-21:30 |  |   | 21:15-21:30 |  |  | 21:15-21:30 |               |  | 21:15-21:30 |               |                |
| 21:30-21:45  |  |   | 21:30-21:45 |   |  | 21:30-21:45 |  |   | 21:30-21:45 |  |  | 21:30-21:45 |               | Pole Dance P0<br>PAULINA<br>21:00-22:00<br>od października | 21:30-21:45 |               |                |