



## UKS OPTY

Zapraszamy dzieci od 6 roku życia na treningi judo z elementami ćwiczeń ogólnorozwojowych w szkole.

Zapisy zaczynamy od wtorku 06 września 2021 roku, w salce Judo

Trener Judo Bogdan Gruba , tel. 504159015

Terener Judo Wiesław Wiwatowski, tel. 694256718

Trener Judo Tomasz Domański, tel.600934816

### Plan treningów w SP nr 8 ul. Orłowska 27/33

Trenerzy: Bogdan Gruba tel. [504159015](tel:504159015),



	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	Piątek
16.00-17.00	grupa naborowa		grupa naborowa		
17.00-18.00	grupa średnio-zaawansowana	grupa przedszkolaka	grupa średnio-zaawansowana	grupa przedszkolaka	
18:00-19:30	grupa zaawansowana	grupa zaawansowana	grupa zaawansowana	grupa zaawansowana	

### plan treningów SP 34 , ul. Cylickiego 5

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	Piątek
16.00-17.00		grupa naborowa		grupa naborowa	

17.00-18.00		grupa średnio-zaawansowana		grupa średnio-zaawansowana	

### plan treningów SP 13 , ul. Halicka

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	Piątek
16.00-17.00		grupa naborowa		grupa naborowa	

### plan treningów SP 48 , ul. Jowisza

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	Piątek
16.00-17.00					
17.30-18.30	grupa Naborowa				Grupa NABOROWA