**Harmonogram treningów grupy sportowej SPORTWISE Team oraz grupy młodzików w sezonie 2023-2024**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Dzień tygodnia** | **Dyscyplina** | **Miejsce treningu, zbiórki/godz.** | **Prowadzący**  | **Uwagi** |
| **Poniedziałek**  | Pływanie Bieg | Basen KS Korona– 6:00-7:15**Indywidulanie**  | Marcin Błaszczyk | 1 tor dla młodzikówIndywidualnie wg planu tygodniowego |
| **wtorek** | Pływanie Bieg | Basen KS Korona– 6:00-7:15Stadion – pl. Na Groblach, godz. 16:30-18:00 | Marcin BłaszczykMarcin Błaszczyk/Małgorzata Lipowska |  |
| **środa** | PływanieRowersala gimnastyczna | Basen KS Korona– 6:00-7:15Stacja Orlen ul. Wioślarska 1, godz. 17:00-18:30  SP95 ul. Wileńska 9 – godz. 17:00-18:15 | Marcin BłaszczykMarcin BłaszczykMarcin Wąsik | Hala sportowa w sezonie zimowym od listopadaDla grupy od młodzików do juniorów |
| **czwartek** | PływanieBieg | Basen KS Korona– 6:00-7:15Stadion – pl. Na Groblach, godz. 16:30-18:00 | Małgorzata LipowskaMarcin Wąsik/Małgorzata Lipowska | 1 tor dla młodzików |
| **piątek** | PływanieRower | Basen KS Korona– 6:00-7:15Stacja Orlen ul. Wioślarska 1, godz. 17:00-18:30 W sezonie zimowym  | Marcin BłaszczykMarcin Błaszczyk, Marcin Wąsik – grupa młodzików | 1 tor dla młodzików |
| **sobota** | BiegPływanie | Zakrzówek – 9:00-10:30 Basen UEK – godz. 13:00-14:30 | Marcin Błaszczyk/ Marcin WąsikMarcin Błaszczyk |  |
| **niedziela** | Rower | Stacja Orlen ul. Wioślarska 1, godz. 10:00-12:00.  | Marcin Błaszczyk/ Marek Zajusz | W sezonie zimowy trening techniki na rowerze mtg lub biegowy/ ogólnorozwojowy  |