**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 młodzików  Indywidualnie wg planu tygodniowego |
| **wtorek** | Pływanie  Bieg | Basen KS Korona– 6:00-7:15  Stadion – pl. Na Groblach, godz. 16:30-18:00 | Marcin Błaszczyk  Marcin Błaszczyk/Małgorzata Lipowska |  |
| **środa** | Pływanie  Rower  sala gimnastyczna | Basen KS Korona– 6:00-7:15  Stacja Orlen ul. Wioślarska 1, godz. 17:00-18:30  SP95 ul. Wileńska 9 – godz. 17:00-18:15 | Marcin Błaszczyk  Marcin Błaszczyk  Marcin Wąsik | Hala sportowa w sezonie zimowym od listopada  Dla grupy od młodzików do juniorów |
| **czwartek** | Pływanie  Bieg | Basen KS Korona– 6:00-7:15  Stadion – pl. Na Groblach, godz. 16:30-18:00 | Małgorzata Lipowska  Marcin Wąsik/Małgorzata Lipowska | 1 tor dla młodzików |
| **piątek** | Pływanie  Rower | Basen KS Korona– 6:00-7:15  Stacja Orlen ul. Wioślarska 1, godz. 17:00-18:30  W sezonie zimowym | Marcin Błaszczyk  Marcin Błaszczyk, Marcin Wąsik – grupa młodzików | 1 tor dla młodzików |
| **sobota** | Bieg  Pływanie | Zakrzówek – 9:00-10:30    Basen UEK – godz. 13:00-14:30 | Marcin Błaszczyk/ Marcin Wąsik  Marcin 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 |