

Oferta zajęć rekreacyjno-sportowych dla społeczności akademickiej Politechniki Wrocławskiej w semestrze zimowym roku akademickiego 2025/26

organizowanych przez Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Politechniki Wrocławskiej

Lokalizacja zajęć: H-14 (Wybrzeże Wyspiańskiego 40): sala "-1-11" ORAZ P-23 (Chetmońskiego 16): TEREN-nordic walking, sala "B", "D" lub "E"

Dzień tygodnia	Liczba zajęć	Zajęcia	Prowadzący	Zapisy	Wolne miejsca	Terminy zajęć
poniedziałek	11 zajęć/60 min 275 zł	<u>Ruch dla Zdrowia</u> 16:00-17:00 P-23; teren*, sala D oraz B (siłownia) * 2-3 zajęcia z "nordic walking" spotkanie przy portierni P-23, zajęcia w parku/terenie w okolicy bud. P-23	mgr Ewa Najsarek	ewa.najsarek@pwr.edu.pl	brak miejsc	Terminy: (11 zajęć) 2025 r.: 13.10; 20.10; 27.10; 3.11; 17.11; 24.11; 1.12; 8.12; 15.12 2026 r.: 12.01; 19.01; 26.01 (termin rezerwowany)
	13 zajęć/60 min 325 zł	<u>Trening funkcjonalny</u> 16:00-17:00 H-14, sala "-1-11"	Magdalena Ojak	magdalena.ojak@pwr.edu.pl	brak miejsc	Terminy: (13 zajęć) 2025 r.: 13.10; 20.10; 27.10; 3.11; 17.11; 24.11; 1.12; 8.12; 15.12 2026 r.: 12.01; 19.01; 26.01; 02.02
wtorek	14 zajęć/60 min 350 zł	<u>Zdrowy kregosłup</u> 17:00-18:00 P-23, sala "E"	mgr Anna Lisek	anna.lisek@pwr.edu.pl	brak miejsc	Terminy: (14 zajęć) 2025 r.: 14.10; 21.10; 28.10; 4.11; 10.11 (dzień zamienny poniedziałek); 18.11; 25.11; 2.12; 9.12; 16.12; 2026 r.: 13.01; 20.01; 27.01; 3.02
środa	15 zajęć/60 min 375 zł	<u>Zdrowy kregosłup</u> 15:45-16:45 H-14, sala "-1-11"	mgr Magdalena Lewandowska	magdalena.lewandowska@pwr.edu.pl	brak miejsc	Terminy: (15 zajęć) 2025 r.: 8.10; 15.10; 22.10; 29.10; 5.11; 12.11; 19.11; 26.11; 3.12; 10.12; 17.12; 2026 r.: 14.01; 21.01; 28.01; 4.02
czwartek	14 zajęć/60 min 350 zł	<u>Gimnastyka dla seniorów</u> 14:15-15:15 H-14, sala "-1-11"	mgr Magdalena Lewandowska	magdalena.lewandowska@pwr.edu.pl	brak miejsc	Pierszeństwo zapisów dla członków Koła Emerytów i Rencistów Terminy: (14 zajęć) 2025 r.: 9.10; 16.10; 23.10; 30.10; 6.11; 20.11; 27.11; 4.12; 11.12; 18.12; 2026 r.: 8.01; 15.01; 22.09; 29.01
	14 zajęć/60 min 350 zł	<u>Zdrowy kregosłup</u> 15:45-16:45 H-14, sala "-1-11"	mgr Magdalena Lewandowska	magdalena.lewandowska@pwr.edu.pl	brak miejsc	Terminy: (14 zajęć) 2025 r.: 9.10; 16.10; 23.10; 30.10; 6.11; 20.11; 27.11; 4.12; 11.12; 18.12; 2026 r.: 8.01; 15.01; 22.09; 29.01
piątek	13 zajęć/60 min 325 zł	<u>Zdrowy kregosłup (gr 1)</u> 16:00-17:00 P-23, sala "D"	mgr Anna Lisek	anna.lisek@pwr.edu.pl	brak miejsc	Terminy: (13 zajęć) 2025 r.: 10.10; 17.10; 7.11; 13.11 (dzień zamienny czwartek); 21.11; 28.11; 5.12; 12.12; 19.12; 2026 r.: 9.01; 16.01; 23.09; 30.01
	13 zajęć/60 min 325 zł	<u>Zdrowy kregosłup (gr 2)</u> 17:15-18:15 P-23, sala "D"	mgr Anna Lisek	anna.lisek@pwr.edu.pl	20	Terminy: (13 zajęć) 2025 r.: 10.10; 17.10; 7.11; 13.11 (dzień zamienny czwartek); 21.11; 28.11; 5.12; 12.12; 19.12; 2026 r.: 9.01; 16.01; 23.09; 30.01
	13 zajęć/75 min 416 zł / osoba 832 zł / para	<u>Tango argentyńskie (gr. średniowanasowana)</u> piątek 18:45-20:00; P-23, sala "E"	mgr Iwona Kaj	malgorzata.wieczorek@pwr.edu.pl	20	Terminy: (13 zajęć) 2025 r.: 10.10; 17.10; 24.10; 7.11; 21.11; 28.11; 5.12; 12.12; 19.12 2026 r.: 9.01; 16.01; 23.01; 30.01
	13 zajęć/75 min 416 zł / osoba 832 zł / para	<u>Tango argentyńskie (gr. początkująca)</u> piątek 20:15-21:30; P-23, sala "E"	mgr Iwona Kaj	malgorzata.wieczorek@pwr.edu.pl	20	Terminy: (13 zajęć) 2025 r.: 10.10; 17.10; 24.10; 7.11; 21.11; 28.11; 5.12; 12.12; 19.12 2026 r.: 9.01; 16.01; 23.01; 30.01

UWAGA: Organizator zajęć zastrzega sobie prawo do anulowania grupy w przypadku małej liczby uczestników zapisanych na dane zajęcia.

Wrocław, 02.10.2025