

PLAN ZAJĘĆ 2025 - 2026

Plan zajęć 2025 - 2026

INSTRUKTOR	SEKCJA/ GRUPA	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK
Agnieszka Jarocka	PLASTYCZNA	sala 36 16:00-17:45	sala 36 15:30 - 16:30	sala 36 16:00-17:45	sala 36 15:30-17:00	
		sala 36 18:15-20:00	sala 36 16:45-18:30	sala 36 18:00-19:45	sala 36 17:15-18:45	
Dominika Juskiewicz	KULTOWE DZIECIAKI		sala 36 18:30 - 20:15		sala kameralna <u>3 latki:</u> 16:30-17:00 <u>4 latki:</u> 17:15-18:00	
			aula SP 3 17:30 - 19:00		scena 18:30-20:00	
Kinga Bryła	O-MEGA FRESH I		aula SP 3 16:30 - 17:30		scena 17:30-18:30	
Natalia Janczyk	O-MEGA FRESH II		aula SP 3 16:30 - 17:30		scena 17:30-18:30	
	O-MEGA I	scena 16:00-18:00		scena 16:00-18:00		
	O-MEGA II	scena 18:00-20:00	scena 16:00 - 18:00			
Justyna Bochenek	O-MEGA III		scena 18:00 - 19:00		sala 21 17:30-18:30	
	O-MEGA IV		sala kameralna 16:45 - 17:45		scena 16:30-17:30	
	O-MEGA MAMA		scena 19:00 - 21:00			
Magdalena Wojtyszyn	O-MEGA ROYAL	sala 21 19:00-21:00				
Magdalena Wojtyszyn/ Danuta Suproń	ENTER I	sala 21 16:00-17:30				sala 21 18:45-20:15
						sala 21 17:45-18:45
						sala 21 16:30-17:30
Danuta Suproń	ENTER II					sala 21 17:45-18:45
	ENTER III					sala 21 16:30-17:30
Julia Ebel	QLT KIDS				sala SP 1 16:00-17:00	
	QLT TEEN				sala SP 1 17:00-18:00	
Magdalena Wojtyszyn/ Julia Ebel	QLT	sala 21 17:30-19:00			sala SP1 18:00-19:30	
Adrianna Taborska	AKROBATYKA		sala 21 <u>O-mega Fresh I:</u> 16:00 - 17:00			
			<u>O-mega I:</u> 17:00-18:00			
			<u>O-mega II:</u> 18:00-19:00			
			<u>O-mega III:</u> 19:00-20:00			
Robert Surowski	AKROBATYKA				sala 21 grupa otwarta: 15:30-16:30	
					<u>O-mega Fresh II:</u> 16:30-17:30	
Małgorzata Żurek- Majdalany	JEZYK ANGIELSKI	sala 1 16:00-17:00				
		sala 1 18:00-19:00	sala 1 16:00-16:45			
		sala 1 19:00-20:00				

Roksana Iwańska-Kutypa	ZDROWY KREGOSLUP			sala 21 16:30-17:30 sala 24 17:45-18:45		
Barbara Stasiak Piwowar	PILATES		sala 24 18:00-19:00		sala 24 18:30-19:30	
Tatiana Kowalczyk	KASZMIR			sala 21 18:00-21:00		
	JOGA DLA SENIORÓW	sala 24 9:00-10:30		sala 24 9:00-10:30		
Halina Oster	JOGA	sala 24 18:00-19:30				
	SZKOŁA DOROSŁEGO CZŁOWIEKA		sala 24 10:00-13:00			
Joanna Rycerz	TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH					sala 1 16:00-17:00
Szymon Początek	MEDYTACJA & RELAKS			sala 24 19:00-20:30		
Ewa Domanasiewicz	FIT 30+				sala 21 19:00-20:00	
Artur Halupczok	FIT SENIOR				sala 24 10:00-11:00	
Justyna Czerniak	FOTOGRAFIA				warsztaty ZS 18:00-21:00 (co drugi tydzień)	
Robert Konowalik	TEATR FIETER					scena 17:00-21:00
Agnieszka Wilczyńska	POWER OF SOUND			sala 14 17:30-19:00		
	WOKAL SOLO	sala 14 16:00-20:00	sala 14 14:30-16:30	sala 14 16:30-17:30	sala 14 16:30-19:30	sala 14 18:15-20:15
	SZKOŁKA ANTOSIKA			scena 18:15-19:00		
Andrzej Wilczyński	ORKIESTRA DEŃTA			scena 19:00-21:00		
	CHÓR		sala 24 19:15-20:45		sala 24 19:30-21:00	
Paweł Wielgus	GITARA	sala 5 15:00-16:00	sala 5 15:00-18:00	sala 5 16:30-18:30	sala 5 15:00-18:00	sala 5 15:00-18:00
kier. zespołu: Teresa Włodarczyk	BABIE LATO		sala 43 13:00-15:00			
KLUB	SZYDEŁKO I DRUTY					sala 24 18:00-21:00
Zajęcia realizowane przez instytucje i firmy zewnętrzne:						
Starostwo Powiatowe w Opolu	DARMOWE PORADY PRAWNE	PORADY OBYWATELSKIE 11:30 - 15:30	PORADY OBYWATELSKIE 9:00 - 13:00	POMOC PRAWNA 11:30-15:30	POMOC PRAWNA 9:00-13:00	