**I rok Wydz. INŻYNIERII LĄDOWEJ I TRANSPORTU**

**Kier: Budownictwo Zrównoważone**

**Zajęcia z wychowania fizycznego w semestrze zimowym zaplanowano w wymiarze 60 godzin.**

**Studenci zobowiązani będą uczestniczyć w ćwiczeniach dwa razy w tygodniu (2x 1,5h)**

**W środy w godz. 12.00-15.00**

**W piątki w godz. 08.00-09.30**

**Zapraszamy na zebranie organizacyjne dotyczące zajęć z****wychowania fizycznego!**

Miejsce:  **HALA SPORTOWA CENTRUM SPORTU PP ul. Piotrowo 4**

Termin: **PIĄTEK - 7.10.2022r. godz. 8.00**

**Na zebraniu obecność obowiązkowa !**

więcej: www.cspp.put.poznan.pl

**W PIĄTEK Studium Wychowania Fizycznego proponuje :**

**nieodpłatnie :**

koszykówka

siatkówka

piłka nożna

grupy siłowe M i K

aerobik

body & mind

pilates

trening funkcjonalny

ergometr wioślarski

rowery stacjonarne

tenis stołowy (własna rakietka)

tenis (własna rakieta)

squash (własna rakieta)

nordic walking

**dodatkowo odpłatnie w innym terminie :**

pływanie - 190 zł za semestr - pływalnia „Chwiałka” ul. Spychalskiego 34

nauka pływania - 190 zł za semestr - pływalnia „Posnania” ul. Słowiańska 78 ,

wtorek , środa godz.19.00-19.45

narty - 455 zł za semestr - stok „Malta Ski” ul. Wiankowa 2

wtorek godz.12.00-13.30

czwartek godz.10.00-11.30

wspinaczka - 220 zł za semestr -„ Climbing Spot” przy Hali AZS ul. Pułaskiego 30

poniedziałek, wtorek godz.12.00-13.30

czwartek, piątek godz. 09.30-11.00

Dla studentów posiadających stałe **zwolnienia lekarskie** utworzone będą grupy ćwiczeń kompensacyjnych. Uczestnictwo w tych zajęciach będzie obowiązkowe a zaliczenie uzyskiwane na podstawie obecności.

Istnieje możliwość udziału w zajęciach sekcji AZS – szczegóły na zebraniu !

**Bezpośrednio po zebraniu odbędzie się druga tura zapisów na konkretną godzinę i grupę zajęć z wychowania fizycznego.**

**W ŚRODĘ Studium Wychowania Fizycznego proponuje :**

**nieodpłatnie :** koszykówka

siatkówka

piłka nożna

grupy siłowe M i K

body & mind

Pilates

trening funkcjonalny

ergometr wioślarski

rowery stacjonarne

nordic walking

badminton (własna rakietka)

tenis stołowy (własna rakietka)

tenis (własna rakieta)

squash (własna rakieta)

**odpłatnie** :

pływanie - 190 zł za semestr - pływalnia „Termy Maltańskie ” ul. Termalna 1

**dodatkowo w innym terminie :**

nauka pływania - 190 zł za semestr - pływalnia „Posnania” ul. Słowiańska 78 ,

wtorek , środa godz.19.00-19.45

narty - 455 zł za semestr - stok „Malta Ski” ul. Wiankowa 2

wtorek godz.12.00-13.30

czwartek godz.10.00-11.30

wspinaczka - 220 zł za semestr -„ Climbing Spot” przy Hali AZS ul. Pułaskiego 30

poniedziałek, wtorek godz.12.00-13.30

czwartek, piątek godz. 09.30-11.00