

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 3 latki: 16:30-17:00 4 latki: 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 O-mega Fresh I: 16:00 - 17:00 | | | |
| | | | O-mega I: 17:00-18:00 | | | |
| | | | O-mega II: 18:00-19:00 | | | |
| | | | O-mega III: 19:00-20:00 | | | |
| Robert Surowski | AKROBATYKA | | | | sala 21 grupa otwarta: 15:30-16:30 O-mega Fresh II: 16:30-17:30 | |
| Małgorzata Żurek- Majdalany | JEZYK ANGIELSKI | sala 1 16:00-17:00 | sala 1 16:00-16:45 | | | |
| | | sala 1 18:00-19:00 | | | | |
| | | sala 1 19:00-20:00 | | | | |

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