

W dniach od 10-24.09.2021 r. trwa 41. Turnus Rehabilitacyjny zorganizowany przez Oddział Bydgoski PTZCA.

**ROZKŁAD ZAJĘĆ na 41. TURNUSIE REHABILITACYJNYM  
w OW „STAR”. Łeba, 10 - 24 września 2021 roku.**

Dzień → tygodnia	Piątek				Sobota				Poniedziałek				Wtorek				Środa				Czwartek			
Godziny zajęć →	08 <sup>15</sup> - 08 <sup>50</sup>	10 <sup>15</sup> - 12 <sup>15</sup>	15 <sup>15</sup> - 17 <sup>15</sup>	19 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	08 <sup>15</sup> - 08 <sup>50</sup>	10 <sup>15</sup> - 12 <sup>15</sup>	15 <sup>15</sup> - 17 <sup>15</sup>	19 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	08 <sup>15</sup> - 08 <sup>50</sup>	10 <sup>15</sup> - 12 <sup>15</sup>	15 <sup>15</sup> - 17 <sup>15</sup>	19 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	08 <sup>15</sup> - 08 <sup>50</sup>	10 <sup>15</sup> - 12 <sup>15</sup>	15 <sup>15</sup> - 17 <sup>15</sup>	19 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	08 <sup>15</sup> - 08 <sup>50</sup>	10 <sup>15</sup> - 12 <sup>15</sup>	15 <sup>15</sup> - 17 <sup>15</sup>	19 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>	08 <sup>15</sup> - 08 <sup>50</sup>	10 <sup>15</sup> - 12 <sup>15</sup>	15 <sup>15</sup> - 17 <sup>15</sup>	19 <sup>00</sup> - 20 <sup>00</sup>
Dzień → miesiąca	<b>10 września</b>				<b>11 września</b>				<b>13 września</b>				<b>14 września</b>				<b>15 września</b>				<b>16 września</b>			
Grupa NW	O godz. 18.45 w sali obok stołówek				A	SO	NW	M	A	G	R/	M	A	AT	G	M	A	R/	G	M	A	NW	F	M
Grupa S	krótkie spotkanie organizacyjne.				A	SO	G	M	A	R/	G	M	A	AT	R/	M	A	G	R/	M	A	G	R/	M
Dzień → miesiąca	<b>17 września</b>				<b>18 września</b>				<b>20 września</b>				<b>21 września</b>				<b>22 września</b>				<b>23 września</b>			
Grupa NW	A	R/	G	M	A	G	R/	M	A	R/	G	M	A	R/	G	M	A	G	R/	M	A	NW	F	M
Grupa R	A	G	R/	M	A	R/	G	M	A	G	R/	M	A	G	R/	M	A	R/	G	M	A	G	R/	M

**Legenda:**

- A – apel, gimnastyka poranna  
 AT – atletyka terenowa  
 F – fitness na przyrządach  
 G – gimnastyka ogólnorozwojowa  
 M – marsz nad brzegiem morza  
 NW – Nordic Walking  
 R – jazda rowerem  
 S – siatkówka  
 SO – spotkanie organizacyjne z kierownikiem 41. TR  
 / – część danej grupy ma w tym samym czasie inne zajęcia

**Godziny posiłków:**

śniadanie – 09:00

obiad – 14:00

kolacja – 18:00

Zatwierdził Kierownik Turnusu:

- w pierwszym tygodniu Beata Weyna  
 - w drugim tygodniu Jolanta Hass.

Opracował Ryszard Szczerban.

**UWAGA:** godziny i rodzaj zajęć mogą ulegać zmianie z powodu złych warunków atmosferycznych lub innych ważnych przyczyn.

Poniżej zdjęcie prawie całej grupy na pierwszym apelu w dniu 11 września. Proszę kliknąć na zdjęcie

-  
powiększyć...



Wieżki nr 41 TR Łeba 10-24 września 2021. Zdjęcie: [Ryszard Szczerban](#)