

AKROBATYKA SPORTOWA

Ewa Bylok | ebylok@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

AKADEMIA KOŚCIÓŁ, NOWODWORSKA 64	18.15-19.45 Grupa V „GÓRA”		
--	---	--	--

Wtorek

AKADEMIA KOŚCIÓŁ, NOWODWORSKA 64	15.00-16.00 I grupa „DÓŁ”	16.00-17.00 II grupa „DÓŁ”	17.30-18.30 III grupa „GÓRA”	18.30-19.30 IV grupa „GÓRA”
--	--	---	---	--

Środa

KOŚCIÓŁ, NOWODWORSKA 64	16.00-17.00 I grupa „DÓŁ”	17.00-18.00 II grupa „DÓŁ”	18.30-20.00 V grupa „GÓRA”	
-------------------------------	--	---	---	--

Czwartek

AKADEMIA KOŚCIÓŁ, NOWODWORSKA 64	16.30-17.45 III grupa „GÓRA”	17.45-19.00 IV grupa „GÓRA”		
--	---	--	--	--

Piątek

K-69 KOZANOWSKA 69	16.30-18.30 V grupa			
------------------------------	-------------------------------	--	--	--

GRUPY

- I grupa średniozaawansowana
- II grupa średniozaawansowana
- III grupa średniozaawansowana
- IV grupa średniozaawansowana

V grupa sportowa

AKROBATYKA SPORTOWA

Agnieszka Rauk-Kubacka | araukkubacka@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

K-69 KOZANOWSKA 69	16.30-18.30 II grupa	18.30-20.45 I grupa		
------------------------------	--------------------------------	-------------------------------	--	--

Wtorek

AKADEMIA KOŚCIÓŁ, NOWODWORSKA 64	19.00-20.30 I grupa „GÓRA”			
--	---	--	--	--

Środa

K-69 KOZANOWSKA 69	16.30-18.30 II grupa	18.30-20.45 I grupa		
------------------------------	--------------------------------	-------------------------------	--	--

Czwartek

AKADEMIA KOŚCIÓŁ, NOWODWORSKA 64	19.00-20.30 II grupa „GÓRA”			
--	--	--	--	--

Piątek

K-69 KOZANOWSKA 69	18.00-20.00 I grupa			
------------------------------	-------------------------------	--	--	--

GRUPY

- I grupa sportowa I
- II grupa sportowa II

DANCE KIDS & ZUMBA KIDS

Anna Łęgowska | alegowska@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

Sala 25	13:45-14:45 Grupa I		
----------------	-------------------------------	--	--

Wtorek

Sala lustrzana	13:00-14:00 Grupa II	14:00-16:00 Grupa III	16:00-17:00 Grupa IV	17:00-18:00 Grupa V
-----------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------------

Środa

Sala 25	13:00-14:00 Grupa I	14:00-15:00 Grupa VI		
----------------	-------------------------------	--------------------------------	--	--

Czwartek

Sala lustrzana	13:30-14:30 Grupa VII	14:30-16:00 Grupa VIII	16:00-17:00 Grupa IX	17:00-18:00 Grupa X
-----------------------	---------------------------------	----------------------------------	--------------------------------	-------------------------------

Piątek

Sala lustrzana	13:45-14:45 Grupa II			
-----------------------	--------------------------------	--	--	--

GRUPY

Grupa I - kontynuacja, od 7 lat (2x w tygodniu)
Grupa II - kontynuacja, od 7 lat (2x w tygodniu)
Grupa III - Video Clip kontynuacja, od 10 lat
Grupa IV - kontynuacja 4-6 lat
Grupa V - naborowa, 4-6 lat

Grupa VI - kontynuacja od 7 lat
Grupa VII - naborowa od 7 lat
Grupa VIII - kontynuacja od 10 lat
Grupa IX naborowa 4-6 lat
Grupa X, naborowa, 4-6 lat

JUDO

Justyna Dorlet | jdorlet@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

SALA 28	16.00-17.00 JUDO III	17.00-18.15 JUDO IV	18.15-19.30 JUDO V	
--------------------	--------------------------------	-------------------------------	------------------------------	--

Wtorek

Sala sportów walki	14.30-15.30 JUDO II	15.30-16.30 JUDO I		
-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	--	--

Środa

Hala MCS ul.Poznańska 18	17.30-20.00 JUDO VI -V			
---	----------------------------------	--	--	--

Czwartek

Sala sportów walki	14.30-15.30 JUDO II	15.30-16.30 JUDO I	16.30-17.45 JUDO V	
-------------------------------	-------------------------------	------------------------------	------------------------------	--

Piątek

Sala sportów walki	15.30-16.30 JUDO III	16.30- 17.30 JUDO IV		
-------------------------------	--------------------------------	--------------------------------	--	--

Karate Kids, Samoobrona Karate, Karate i MMA



Dariusz Majchrzak | dmajchrzak@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

Sala Sztuk Walki	16.15-17.15 Karate Kids	17.15-18.45 Samoobrona Karate	18.45-20.45 Karate i MMA
---------------------------------	-----------------------------------	---	------------------------------------

Środa

Sala Sztuk Walki	16.15-17.15 Karate Kids	17.15-18.45 Samoobrona Karate	18.45-20.45 Karate i MMA
---------------------------------	-----------------------------------	---	------------------------------------

Grupa Karate Kids – 6-8 lat
Grupa Samoobrona Karate – 9-11 lat
Grupa Karate i MMA – od 12 lat

KOSZYKÓWKA DZIEWCZĄT



Joanna Salamon | jsalamon@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

HALA LO XV Wojrowicka 58	16.45-18.00 GRUPA I	18.00-19.00 GRUPA II	
---	-------------------------------	--------------------------------	--

Czwartek

SP 113 Sala 27	17.00-18.00 GRUPA I	HALA LO XV Wojrowicka 58	18.00-19.00 GRUPA II	
---------------------------	-------------------------------	---	--------------------------------	--

GRUPY

- I Grupa – ur. 2013 i młodsze
- II Grupa – ur. 2010 i młodsze

PIŁKA SIATKOWA

Tomasz Wieliczko | twieliczko@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

SALA NR 27 w SP 113	16.15-17.45 grupa nr 1	17.45-19.30 grupa nr 2	
------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	--

Środa

SALA NR 27 w SP 113	16.15-17.45 grupa nr 1	17.45-19.45 grupa nr 2		
------------------------------------	----------------------------------	----------------------------------	--	--

GRUPY

I KLASA V DZIEWCZYNKI I CHŁOPCY

II KLASA VII – VIII DZIEWCZYNKI ROCZNIK 2008 –
2009 (WYMAGANE PODSTAWOWE UMIEJĘTNOŚCI
GRY)

Jakub Żeberski | jzeberski@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

PODZIEMA SP 113 SALA P1	13.00-16.00 grupy świetlicowe SP 113	
MAŁY MDK-F SALA M5	16.15-19.15 grupa VI grupa zaawansowana	

Wtorek

PODZIEMA SP 113 P1	13.00-16.00 grupy świetlicowe SP 113	
MAŁY MDK-F M5	16.15 – 17.45 grupa IV grupa II krok	

Środa

MAŁY MDK-F M5	14.30-16.00 grupa I grupa naborowa	16.00 – 17.30 grupa III grupa I krok	
--------------------------	---	---	--

Czwartek

MAŁY MDK-F M5	15.00 – 16.30 grupa II grupa naborowa	16.30 – 19.30 grupa VII grupa sportowa	
--------------------------	--	---	--

Piątek

**MAŁY MDK-F
M5**

17.15 – 19.30
grupa V
średniozaawansowa
na

GRUPY

- I** naborowa 7-9 lat (bez znajomości zasad gry lub podstawowa znajomość zasad gry)
- II** naborowa 7-9 lat (bez znajomości zasad gry lub podstawowa znajomość zasad gry)
- III** I krok 9-14 lat kontynuacja doskonalenia gry w szachy
- IV** II krok 9-14 kontynuacja nauki gry w szachy
- V** grupa średniozaawansowana 11-17 lat kontynuacja doskonalenia gry w szachy
- IV** II kategoria
- VI** grupa zaawansowana I kategoria szachowa
- VII** grupa zaawansowana I kategoria szachowa z normą na kandydata na mistrza

TANIEC STREET DANCE



Paweł Kokowski | pkokowski@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

**Sala
25**

15.00-16.15
Grupa I

Wtorek

**Sala
25**

15.00-16.30
Grupa II

16.30-18.00
Grupa III

Środa

**Sala
25**

15:45-16:45
Grupa II

16:45-18:00
Grupa III

18:00-19:15
Grupa V

Czwartek

**Sala
25**

15:00-16:15
Grupa I

16:15-17:30
Grupa IV

Piątek

**Sala
25**

15:00-16:30
Grupa IV

16:30-18:15
Grupa V

Grupa I : 6-7 lat

Grupa II : 7-9 lat

Grupa III: 9-11 lat

Grupa IV: powyżej 11 lat

Grupa V : Zaawansowana powyżej 11lat

TANIEC WSPÓŁCZESNY



Karolina Bodziony-Mikłaszewicz | kbodzionymiklaszewicz@mdk.wroc.pl

Poniedziałek

SALA LUSTRZANA	13.45-14.45 Grupa I	14.45-15.45 Grupa II	15.45-16.30 Grupa III	16.30-18.00 Grupa IV	18.00-19.00 Grupa V
---------------------------	-------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------	-------------------------------

Wtorek

SALA BRAVO	17.30- 19.00 Grupa VI				
-----------------------	---------------------------------	--	--	--	--

Środa

SALA LUSTRZANA	13:45-14:45 Grupa I	14:45-15:45 Grupa II	15:45-16:45 Grupa VII	16:45-18:15 Grupa IV
---------------------------	-------------------------------	--------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

Grupa I : 7-9 lat grupa rekreacyjna

Grupa II : 7-9 lat grupa pokazowa

Grupa III: 5-6 lat

Grupa IV: grupa IMPULS

Grupa V : grupa powyżej 15 lat

Grupa VI: grupa pokazowa

Grupa VII: Grupa do 15 lat

TENIS STOŁOWY



Paweł Parszewski | pparszewski@mdk.wroc.pl

Środa

SALA TENISA STOŁOWEGO PODZIEMIA SP 113	13.45-15.15 Grupa I	
---	-------------------------------	--

Czwartek

SALA TENISA STOŁOWEGO PODZIEMIA SP 113	14.00-15.30 Grupa I	15.30-17.45 Grupa II	
---	-------------------------------	--------------------------------	--

Piątek

SALA TENISA STOŁOWEGO PODZIEMIA SP 113	15.30-17.00 Grupa I	17.00-19.15 Grupa II	
---	-------------------------------	--------------------------------	--

GRUPA I - Gry i zabawy kształtujące koordynację ruchową oraz koncentrację przy wykorzystaniu piłeczki i rakiетки
GRUPA II - grupa średniozaawansowana oraz zaawansowana

Uwagi:

Na zajęciach wymagany strój sportowy oraz obuwie o jasnej podeszwie.

Zajęcia w grupie I przeznaczone są dla dzieci chcących rozwijać swoją koordynację ruchową, gibkość oraz umiejętność skupienia uwagi przy wykorzystaniu piłeczki i rakiетки. Zajęcia są prowadzone w formie gier, zabaw.

Zajęcia w grupie II są przeznaczone dla osób chcących doskonalić umiejętności gry w tenisa stołowego niezależnie od poziomu gry.