

MOS WOLA Warszawa

<http://moswola.pl/mos/plan-zajec/15843,TERMINARZ-TRENINGOW-SEKCJI-MOS-NA-ROK-20242025.html>
05.10.2024, 00:11

TERMINARZ TRENINGÓW SEKCJI MOS NA ROK 2024/2025

Plan treningowy obowiązuje od 9.09.2024 r. Zastrzega się dokonywania zmian.

TERMINARZ TRENINGÓW SEKCJI MOS NA ROK 2024/2025

Legenda:

Hala MOS - ul. Rogalińska 2

Hala LO - ul. Rogalińska 2

Hala SP 388 - ul. Deotymy 25/33

Hala SP 403 - ul. Karlińskiego 6

Siłownia - ul. Rogalińska 2

Mała sala - ul. Rogalińska 2



MOS treningi

SEKCJA MĘSKA

Młodzieżowiec II liga Damian Włoch		
Wtorek	18.45 - 21.00	Hala MOS
Sobota	15.30 - 16.15	Hala MOS
Junior I '06'07 Damian Włoch		
Poniedziałek	18.00 - 19.30	Hala MOS
Poniedziałek	19.30 - 21.00	Siłownia
Czwartek	18.00 - 19.30	Hala MOS
Czwartek	19.30 - 21.00	Siłownia
Piątek	19.30 - 21.00	Hala MOS
Sobota	16.15 - 17.45	Hala MOS
Junior II '07 Marcin Jackowicz		
Poniedziałek	16.30 - 18.00	Siłownia
Poniedziałek	18.00 - 19.30	Hala LO
Wtorek	16.30 - 18.00	Hala LO
Środa	16.30 - 18.45	Hala MOS
Piątek	16.30 - 18.00	Hala LO
Piątek	18.00 - 19.30	Siłownia
Junior III Lech Bieliński		
Poniedziałek	19.30 - 21.00	Hala LO
Środa	19.30 - 21.00	Siłownia
Sobota	12.00 - 13.30	Hala LO
Niedziela	9.15 - 12.00	Hala MOS
Kadet I '08 Krzysztof Wójcik		
Poniedziałek	18.00 - 19.30	Siłownia
Poniedziałek	19.30 - 20.00	Hala MOS
Wtorek	17.00 - 18.30	Hala MOS
Czwartek	16.30 - 17.30	Siłownia
Czwartek	18.00 - 19.30	Hala LO
Sobota	13.15 - 15.30	Hala MOS
Kadet II '09 Tomasz Keller		
Poniedziałek	16.30 - 18.00	Hala MOS

Poniedziałek	18.00 - 19.30	Siłownia
Środa	16.30 - 18.00	Siłownia
Środa	18.00 - 19.30	Hala LO
Piątek	16.30 - 18.00	SP 388
Sobota	11.00 - 13.15	Hala MOS
Młodzik I '10 Konrad Nassalski		
Poniedziałek	18.00 - 19.30	SP 388
Środa	16.30 - 18.00	Hala LO
Środa	18.00 - 19.30	Siłownia
Piątek	18.00 - 19.30	SP 388
Sobota	9.00 - 12.00	SP 388
Młodzik II '11 Tomasz Litwiniuk		
Poniedziałek	16.30 - 18.00	SP 388
Wtorek	16.30 - 18.00	SP 388
Czwartek	16.30 - 18.00	Hala LO
Czwartek	18.00 - 19.30	Siłownia
Piątek	16.30 - 18.00	SP 388
Młodzik III '12 Patryk Róg		
Wtorek	16.15 - 17.45	SP 26
Czwartek	16.15 - 17.45	SP 26
Piątek	16.30 - 18.00	Siłownia
Piątek	18.00 - 19.30	Hala LO
Sobota	12.00 - 13.30	SP 388
Chłopcy r. 2012 MINI 4A Łukasz Drzewiecki		
Poniedziałek	16.30 - 18.00	SP 388
Sobota	12.00 - 13.30	SP 388
Chłopcy r. 2012 MINI 4B Patryk Róg		
Poniedziałek	16.30 - 18.00	Hala LO
Sobota	9.00 - 10.30	Hala LO
Chłopcy r. 2013 MINI 3 Gr. A Michał Kistłow		
Poniedziałek	18.00 - 19.30	SP 403
Czwartek	19.00 - 20.30	SP 403
Chłopcy r. 2013 MINI 3 Gr. B Michał Kistłow		
Poniedziałek	16.30 - 18.00	SP 403
Czwartek	17.30 - 19.00	SP 403
Chłopcy r. 2014 MINI 2 Gr. A Patryk Róg		
Wtorek	18.00 - 19.30	SP 388
Czwartek	18.00 - 19.30	SP 388
Chłopcy r. 2014 MINI 2 Gr. B Lech Bieliński		
Środa	16.30 - 18.00	mała sala LO
Sobota	10.30 - 12.00	Hala LO
Ch. średniozaawansowani r. 06'07'08' st. Wasilewski		
Środa	19.00 - 20.30	SP 403
Sobota	10.30 - 12.00	SP 388
Ch. średniozaawansowani r. '09'10'11 mł. Wasilewski		
Środa	17.30 - 19.00	SP 403
Sobota	9.00 - 10.30	SP 388
Ch. średniozaawansowani r. 06'07'08' st. T.Keller		
Środa	19.30 - 21.45	Hala LO
Ch. średniozaawansowani r. 06'07'08'09'		
Sobota	12.00 - 13.30	SP 388

SEKCJA ŻEŃSKA

Juniorka/Seniorka 1 r. '07 Agata Szustowicz		
Wtorek	18.45-19.30	Siłownia
Wtorek	19.30 - 21.00	Hala LO
Środa	18.45 - 21.00	Hala MOS
Czwartek	18.45-19.30	Siłownia
Czwartek	19.30 - 21.00	Hala MOS
Piątek	18.45 - 21.00	Hala LO
Sobota	18.00 - 21.00	Hala MOS

Juniorka 2 Olga Grzyb

Poniedziałek		18.00 - 19.30	SP 388
Środa		18.00 - 19.30	SP 388
Piątek		18.00 - 19.30	SP 388
Kadetka 1 r. 2008 Krzysztof Płużyczka			
Wtorek		18.00 - 19.30	Hala LO
Wtorek		19.30 - 21.00	Siłownia
Czwartek		17.30 - 19.30	Siłownia
Czwartek		19.30 - 21.00	Hala LO
Piątek		17.15 - 19.30	Hala MOS
Sobota		09.00 - 11.15	Hala MOS
Kadetka 2 r. '09 Jakub Skwarek			
Poniedziałek		16.30 - 19.30	SP 388
Wtorek		16.30 - 18.00	SP 388
Środa		16.30 - 18.00	SP 388
Piątek		16.30 - 18.00	SP 388
Niedziela		12.00-14.00	Hala MOS
Młodziczka 1 r. '10 Jakub Skwarek			
Wtorek		18.00 - 19.30	SP 388
Środa		18.00 - 19.30	SP 388
Czwartek		15-45 - 16.30	Hala MOS Kruszewski
Czwartek		16.30 - 18.00	Hala MOS
Piątek		18.00 - 19.30	SP 388
Młodziczka 2 '11 Piotr Pyskło			
Wtorek		16.30 - 18.00	SP 388
Środa		16.30 - 18.00	SP 388
Czwartek		18.00 - 19.30	SP 388
Sobota		10.30-12.00	SP 388
Dziewczęta r. 2012 MINI 4 Małgorzata Dzido			
Poniedziałek	gr.	16.30 - 18.00	Mała Sala LO
Wtorek	gr.	18.00 - 19.30	SP 388
Środa		16.30 - 18.00	SP 388
Czwartek	gr.	16.30 - 18.00	SP 388
Piątek	gr.	15.30 - 17.00	Hala MOS
Sobota		09.00 - 10.30	SP 388
Dziewczęta MINI 3 '13 Przemysław Kowalski			
Środa		18.00 - 19.30	SP 388
Czwartek		18.00 - 19.30	SP 388
Sobota		15.00 - 16.30	Hala LO
Dziewczęta MINI 2 '14 Przemysław Kowalski			
Wtorek		17.30 - 19.00	SP 403
Czwartek		16.30 - 18.00	SP 388
Sobota		13.30 - 15.00	Hala LO
Dz. średniozaawansowane '06'07'08 B. Kruszewski			
Wtorek		19.00 - 20.30	SP 403
Piątek		19.00 - 20.30	SP 403

Dz średniozaawansowane '09'10'11

B. Kruszewski

Wtorek	15.30 - 17.00	Hala MOS
Piątek	17.30-19.00	SP 403

Gry i Zabawy

GiZ Gr. 1 kl. 2	Radosław Krukowski	
Poniedziałek	7.15-8.45	SP 403
Środa	7.15-8.45	SP 403

GiZ Gr. 2 kl. 2	Radosław Krukowski	
Poniedziałek	7.15-8.45	SP 403
Środa	7.15-8.45	SP 403

GiZ Gr. 3 kl. 3	Radosław Krukowski	
Poniedziałek	8.50-10.20	SP 403
Środa	8.50-10.20	SP 403

GiZ Gr. 4 kl. 3	Radosław Krukowski	
Poniedziałek	8.50-10.20	SP 403
Środa	8.50-10.20	SP 403

GiZ siatkarskie Gr. 5 kl. 4/5/6	Dziewczęta	Michał Kisłowski
Wtorek	14.45-15.30	SP 403
Środa	16.20-17.05	SP 403

GiZ siatkarskie Gr. 5 kl. 4/5/6	Chłopcy	Michał Kisłowski
Wtorek	13.50-14.35	SP 403
Środa	15.35-16.20	SP 403

GiZ Siatkarskie SP 388 Gr. 1 (kl. 1) Jadwiga Zadruska

Wtorek	11.40-13.10	SP 388
Czwartek	11.40-13.10	SP 388

GiZ Siatkarskie SP 388 Gr. 2 (kl.2) Jadwiga Zadruska

Poniedziałek	11.40-13.10	SP 388
Czwartek	13.20-14.50	SP 388

GiZ Siatkarskie SP 388 Gr. 3 (kl. 3) Jadwiga Zadruska

Poniedziałek	13.20-14.50	SP 388
Wtorek	13.20-14.50	SP 388

Gry i zabawy SP 236 kl. 4

Lech Bieliński

Środa	14.30-16.00	SP 236
Czwartek	15.30-17.00	SP 236