

Kształcenie kadr dla sportu – zintegrowany program uczelni
POWR. 03.05.00-00-z051/18-00

Instruktor: **Specjalista ds. żywienia i suplementacji w sporcie**. Łączna liczba godzin: 156

Zajęcia stacjonarne

| Data | Godziny/przedmiot | Godziny/przedmiot | Godziny/przedmiot | Godziny/przedmiot |
|----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|
| 02.02.2022 Środa | 9.00-11.15 (3h) Fizjologiczne podstawy żywienia/ Prof. A. Żebrowska sala 214 | 11.30-13.45 (3h) Psychodietetyka/dr Monika Marszołek 214 | 14.00-15.30 (2h) Metabolizm wysiłkowy/prof. E. Sadowska –Krępa 214 | - |
| 03.02.2022 czwartek | 8.00-11.00 (4h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 304 | 11.15-13.30 (3h) Periodyzacja żywienia/ mgr Mateusz Gawelczyk 304 | 13.30-15.45 (3h) Suplementacja w sporcie/ mgr Mateusz Gawelczyk 304 | - |
| 04.02.2022 piątek | 8.00-10.15 (3h) Planowanie żywienia w sporcie/ dr Aleksandra Filip 308 | 10.30-12.00 (2h) Periodyzacja żywienia/ mgr Mateusz Gawelczyk 308 | 12.15-14.30 (3h) Psychodietetyka/dr Monika Marszołek 308 | |
| 07.02.2022 Poniedziałek | 8.00-9.30 (2h) Periodyzacja żywienia/ mgr Mateusz Gawelczyk 308 | 9.45-12.00 (3h) Planowanie żywienia w sporcie/ dr Aleksandra Filip 308 | 12.15-14.30 (3h) Doping w sporcie/ prof. K. Sas-Nowosielski 308 | |
| 08.02.2022 wtorek | 8.00-11.00 (4h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 308 | 11.15-13.30 (3h) Periodyzacja żywienia/ mgr Mateusz Gawelczyk 308 | 13.45-16.00 (3h) Psychodietetyka/dr Monika Marszołek 308 | |
| 09.02.2022 środa | 8.00-10.15 (3h) Planowanie żywienia w sporcie/ dr Aleksandra Filip 308 | 10.30-12.45 (3h) Suplementacja w sporcie/ mgr Mateusz Gawelczyk 308 | 13.00-15.15 (3h) Psychodietetyka/dr Monika Marszołek 308 | |
| 10.02.2022 czwartek | 8.00-11.00 (4h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 308 | 11.15-13.30 (3h) Suplementacja w sporcie/ mgr Mateusz Gawelczyk 308 | 13.45-16.00 (3h) Metabolizm wysiłkowy/prof. E. Sadowska –Krępa 214 | - |
| 15.02.2022 wtorek | 8.00-11.00 (4h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 308 | 11.15-13.30 (3h) Fizjologiczne podstawy żywienia/ Prof. A. Żebrowska 214 | 13.45-15.15 (2h) Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce/ dr G. Zydek 308 | - |
| 16.02.2022 | 8.00-10.15 (3h) | 10.30-12.45 (3h) | 13.00-15.15 (3h) | - |

Kształcenie kadr dla sportu – zintegrowany program uczelni
POWR. 03.05.00-00-z051/18-00

| | | | | |
|------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| środa | Planowanie żywienia w sporcie/ dr Aleksandra Filip 308 | Fizjologiczne podstawy żywienia/ Prof. A. Żebrowska 214 | Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce/ dr G. Zydek 308 | |
| 17.02.2022 czwartek | 8.00-10.15 (3h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 308 | 10.30-12.45 (3h) Suplementacja w sporcie dr G. Zydek 308 | 13.00-16.00 (4h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 308 | - |
| 18.02.2022 piątek | 7.30-9.00 (2h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 303 | 9.45-12.00 (3h) Planowanie żywienia w sporcie/ dr Aleksandra Filip 303 | 12.15-14.30 (3h) Doping w sporcie/ prof. K. Sas-Nowosielski 303 | |
| 22.02.2022 wtorek | 8.00-10.15 (3h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 304 | 10.30-13.30 (4 h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 304 | 13.45-15.15 (2h) Doping w sporcie/ prof. K. Sas-Nowosielski 304 | - |
| 23.02.2022 środa | 8.00-9.30 (2h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 304 | 9.45-12.00 (3h) Suplementacja w sporcie dr G. Zydek 304 | 12.15-14.30 (3h) Fizjologiczne podstawy żywienia/ Prof. A. Żebrowska 214 | |
| 24.02.2022 czwartek | 8.00-10.15 (3h) Podstawy żywienia w sporcie i rekreacji/ dr G. Zydek 304 | 10.30-12.45 (3h) Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce/ dr G. Zydek 304 | 13.00-15.15 (3h) Fizjologiczne podstawy żywienia/ Prof. A. Żebrowska 210 | |
| 25.02.2022 piątek | 8.15-9.45 (2h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 304 | 10.00-11.30 (2h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 304 | 11.45-13.15 (2h) Doping w sporcie/ prof. K. Sas-Nowosielski 304 | 13.30 -16.30 (4h) Metabolizm wysiłkowy/prof. E. Sadowska –Krepa 210 |
| 05.03.2022 sobota | | 10.15-12.30 (3h) Diagnostyka i regulacja masy i składu ciała/ mgr Sylwia Mrzygłód 304 | 12.45-14.15 (2h) Diagnostyka laboratoryjna w dietetyce/ dr G. Zydek 304 | 14.30-16.45 (3h) Psychodietetyka/dr Monika Marszałek 304 |
| 12.03.2022 sobota | | 11.30-14.30 (4h) Podstawy treningu sportowego i zdrowotnego/ dr hab. Artur Gołaś 304 | | |



Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Kształcenie kadr dla sportu – zintegrowany program uczelni
POWR. 03.05.00-00-z051/18-00

| | | | | |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---|
| 02.04.2022 sobota | 9.00-10.30 (2h) Metabolizm wysiłkowy/prof. E. Sadowska –Krępa 214 | 10.45-13.00 (3h) Diagnostyka i regulacja masy i składu ciała/ mgr Sylwia Mrzygłód 214 | 13.15-16.15 (4h) Metabolizm wysiłkowy/prof. E. Sadowska –Krępa 214 | - |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|---|