

MOS WOLA Warszawa

<http://www.moswola.pl/mos/plan-zajec/15843,TERMINARZ-TRENINGOW-SEKCI-MOS-NA-ROK-20242025.html>
19.01.2025, 23:38

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

Siłownia 2 - SP 388, ul. deotymy 25/33

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	18.00 - 19.30	SP 388
Piątek	18.00 - 19.30	SP 388
Młodziczka 1 r. '10	Jakub Skwarek	
Wtorek	18.00 - 19.30	SP 388
Środa	16.30 - 18.00	SP 388
Czwartek	15-45 - 16.30	Hala MOS Kruszewski
Czwartek	16.30 - 18.00	Hala MOS
Piątek	16.30 - 18.00	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	Siłownia SP 388
zaawansowana		
Wtorek	gr. 18.00 - 19.30	SP 388
zaawansowana		
Środa	gr.początkująca 16.30 - 18.00	SP 388
Czwartek	gr. 16.30 - 18.00	SP 388
zaawansowana		
Piątek	gr. 15.30 - 17.00	Hala MOS
zaawansowana		
Sobota	09.00 - 10.30	SP 388
gr.początkująca		
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