

HARMONOGRAM PIKNIKU INSULIN ON BOARD CUP 2020

SOBOTA 5 września 2020

| godz. | PANEL EDUKACYJNY (SALA WYKŁADOWA) | PIKNIK (teren przy boisku) | TURNIEJ (boisko 1 – I kategoria wiekowa, boisko 2 – II kategoria wiekowa i OPEN) |
|--------------|---|---|---|
| 11:30-12:00 | | | ROZGRYWKI |
| 12:00-12:30 | OTWARCIE TURNIEJU | | |
| 12:30-13:00 | dr. Jędrzej Nowaczyk <i>„Wysiłek interwałowy o wysokiej intensywności u osób uprawiających sport chorujących na cukrzycę typu 1”</i> | | ROZGRYWKI |
| 13:00-14:00 | prof. dr hab. Zbigniew Jastrzębski <i>„Wysiłek fizyczny tlenowy, beztlenowy i mieszany w wychowaniu fizycznym i sporcie”</i> | FOTOBUDKA | |
| 14:00-15:00 | prof. dr hab. Zbigniew Jastrzębski <i>„Wysiłek fizyczny tlenowy, beztlenowy i mieszany w wychowaniu fizycznym i sporcie”</i> | FOTOBUDKA BIEGOWY WARIAT Artur Kobuszewski <i>- trening dla dorosłych</i> <i>- motywacja w sporcie</i> | |
| 15:00-15:45 | Michał Jeliński Polski wioślarz, czterokrotny mistrz świata, mistrz olimpijski z Igrzysk Olimpijskich w Pekinie. <i>„Suplementy w diecie młodego sportowca i antydoping”</i> Projekt edukacyjny ACTIVEdiabet wspierający sport i rozwój edukacji dzieci i młodzieży z cukrzycą dofinansowuje Ministerstwo Sportu. | FOTOBUDKA BIEGOWY WARIAT Artur Kobuszewski <i>- trening dla dzieci</i> <i>- trening motywacyjny</i> | |
| 15:30-16:30 | OBIAD (catering przy sali wykładowej) | | |
| 16:30-19:30 | | FOTOBUDKA | ROZGRYWKI |
| 19:00-20:00 | KOLACJA (catering przy sali wykładowej) | | |

NIEDZIELA 6 września 2020

| godz. | PIKNIK (teren przy boisku) | TURNIEJ (boisko 1 – I kategoria wiekowa, boisko 2 – II kategoria wiekowa i OPEN) |
|--------------|--|---|
| 9:00-10:00 | | ROZGRYWKI |
| 10:00-13:00 | FOTOBUDKA FUNDACJA KASI DULNIK koszykarka, Mistrzyni Polski oraz Mistrzyni Europy z 1999 roku, <i>gry i zabawy związane z koszykówką</i> | |
| 12:00-13:00 | FOTOBUDKA BIEGOWY WARIAT Artur Kobuszewski <i>- trening dla dzieci i dorosłych</i> | |
| 13:00-14:00 | OBIAD (catering przy sali wykładowej) | |
| 14:00-15:00 | ZAKOŃCENIE TURNIEJU i WRĘCZENIE NAGRÓD | |