***Miejsce prowadzenia zajęć: ul. Jana Pawła II 3/47, 98-200 Sieradz (budynek Galerii Rondo)***

***17 październik 2020r (sobota)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości | Politechnika Łódzka,  Sala. Nr 311 | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Suplementy w diecie | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***18 październik 2020r (niedziela)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Suplementy w diecie | Politechnika Łódzka,  Sala. Nr 311 | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Suplementy w diecie | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***14 listopad 2020r (sobota)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Suplementy w diecie | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***15 listopad 2020r (niedziela)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Suplementy w diecie |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 |  | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***28 listopad 2020r (sobota)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Suplementy w diecie | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***29 listopad 2020r (niedziela)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***12 grudzień 2020r. (sobota)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***13 grudzień 2020r (niedziela)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Suplementy w diecie | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Suplementy w diecie | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |  |  |

***09 styczeń 2020r. (sobota)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości |  | B. Godlewska | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Podstawy BHP |  | A. Jaśkiewicz | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 | Podstawy BHP | 2 |

***10 styczeń 2020r (niedziela)***

| **Lp.** | **Godzina lekcyjna** | **Przedmiot** | **Miejsce** | **Prowadzący** | **Ilość godzin** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 - 2** | 08:00 - 09:30 | Podstawy BHP |  | A. Jaśkiewicz | 2 |
| **3 - 4** | 09:35 - 11:05 | Podstawy BHP | 2 |
| **5 - 6** | 11:15 - 12:45 | Podstawy BHP | 2 |
| **7 - 8** | 12:55 - 14:25 | Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych |  | B. Godlewska | 2 |
| **9 - 10** | 14:30 - 16:00 | Planowanie diety odchudzającej | 2 |
| **11 - 12** | 16:05 - 17:35 |  |  |