

## Grafik czerwiec 2016r.

30.05.2016 Poniedziałek	31.05.2016 Wtorek	01.06.2016 Środa	02.06.2016 Czwartek	03.06.2016 Piątek	04.06.2016 Sobota	05.06.2016 Niedziela
8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.30 OSW
8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.15 Olsztyn	8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.30 Olsztyn	8.45-9.15 Olsztyn	8.45-9.30 Olsztyn	8.30-9.30 OSW
9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.15-9.45 <b>SP Barczewo</b>	9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.30-10.15 Olsztyn	9.15-9.45 <b>SP Barczewo</b>	9.30-10.15 Olsztyn	9.30-10.15 OSW
10.15-11.00 Olsztyn	9.45-10.15 <b>SP Barczewo</b>	10.30-11.00 SP 13	10.30-11.00 SP 101	9.45-10.15 Olsztyn	10.00-10.45 Olsztyn	10.15-11.00 OSW
11.00-11.45 Olsztyn	10.15-11.00 I tor rez., IV tory Olsztyn	11.00-11.30 SP 13	11.00-11.30 SP 101	10.15-11.00 SP 9	10.45-11.30 Olsztyn	11.00-11.30 OSW
11.45-12.45 <b>SP Barczewo</b>	11.00-11.30 <b>SP 11</b>	11.30-12.00 Olsztyn	11.30-12.30 Olsztyn	11.00-12.15 SP 9	11.30-12.30 OSW	11.30-12.30 OSW
12.45-13.15 Olsztyn	11.30-12.00 <b>SP Lamkowo</b>	12.00-13.00 SP 13	12.30-13.15 Olsztyn	12.15-13.15 <b>SP Barczewo</b>	12.30-13.15 OSW	12.30-13.15 OSW
13.15-14.00 Olsztyn	12.15-13.15 SP 1	13.00-13.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-13.45 Olsztyn	13.15-14.00 OSW	13.15-14.00 OSW
14.00-14.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	14.00-14.45 OSW	14.00-14.45 OSW
14.45-15.30 Olsztyn	14.00-14.30 Olsztyn	14.30-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.30-15.15 Olsztyn	14.30-15.15 OSW	
15.30-16.15 <b>Rezerwacja Piłkarze nożni (WMZPN)</b>	14.30-15.30 <b>Rezerwacja SP DYWITY</b>	15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.30 Olsztyn	15.15-16.00 Olsztyn	15.15-16.00 OSW	15.15-16.00 OSW
16.15-17.15 Olsztyn	15.30-16.30 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.30-17.00 II tory rezerwacja, III tory Olsztyn	16.00-17.00 Olsztyn	16.00-16.45 OSW	16.00-16.30 OSW
17.15-18.00 Olsztyn	16.30-17.00 Szkółki pływania	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Szkółki pływania	17.00-17.45 Olsztyn	16.45-17.30 OSW	16.30-17.30 OSW
18.00-18.45 III tory Aqua amazonki, II tory Olsztyn	17.00-18.00 Szkółki pływania	17.45-18.45 Olsztyn	17.45-18.30 Szkółki pływania	17.45-18.30 Olsztyn	17.30-18.15 OSW	17.30-18.15 OSW
18.45-19.30 III tory Nauka pływania, II tory Olsztyn	18.45-19.30 Olsztyn	18.45-19.30 II tory Aqua aerobic,	18.30-19.15 Olsztyn, 2 tory rezerwacja	18.30-19.15 Olsztyn	18.15-19.00 OSW	18.15-19.00 OSW
19.30-20.15 Olsztyn	19.30-20.15 Olsztyn	19.30-20.15 Olsztyn	19.15-20.00 Olsztyn	19.15-20.00 Olsztyn	19.00-20.00 OSW	19.00-20.00 OSW
20.15-21.00 <b>Rezerwacja</b>	20.15-21.00 Olsztyn		20.00-20.45 Olsztyn			

06.06.2016 Poniedziałek	07.06.2016 Wtorek	08.06.2016 Środa	09.06.2016 Czwartek	10.06.2016 Piątek	11.06.2016 Sobota	12.06.2016 Niedziela
8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	7.30-8.00 J.W	8.00-9.30 OSW	8.00-9.30 OSW
8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.15 Olsztyn	8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.30 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn	9.30-10.00 Olsztyn	9.15-10.00 OSW
9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.15-9.45 <b>SP Barczewo</b>	9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.30-10.15 Olsztyn	8.45-9.15 Olsztyn	10.00-10.45 Olsztyn	10.00-10.45 OSW
10.15-11.00 Olsztyn	9.45-10.15 <b>SP Barczewo</b>	10.30-11.00 SP 13	10.30-11.30 SP 101	9.15-9.45 <b>SP Barczewo</b>	10.45-11.30 Olsztyn	10.45-11.15 OSW
11.00-11.45 Olsztyn	10.15-11.00 <b>I tor rez., IV tory Olsztyn</b>	11.00-11.30 SP 13	11.30-12.15 Olsztyn	9.45-10.15 Olsztyn	11.30-12.15 Olsztyn	11.15-12.15 Olsztyn
11.45-12.45 <b>SP Barczewo</b>	11.00-11.30 <b>SP 11</b>	11.30-12.00 Olsztyn	12.15-13.00 Olsztyn	10.15-11.00 SP 9	12.15-13.00 Olsztyn	12.15-13.00 Olsztyn
12.45-13.15 Olsztyn	11.30-12.00 <b>SP Lamkowo</b>	12.00-13.00 SP 13	13.00-13.45 Olsztyn	11.00-12.15 SP 9	13.00-13.45 Olsztyn	13.00-13.45 Olsztyn
13.15-14.00 Olsztyn	12.15-13.15 SP 1	13.00-13.45 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	12.15-13.15 <b>SP Barczewo</b>	13.45-14.30 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn
14.00-14.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	14.30-15.15 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	14.30-15.0 Olsztyn	14.30-15.00 Olsztyn
14.45-15.30 Olsztyn	14.00-14.30 Olsztyn	14.30-15.30 Olsztyn	15.15-16.00 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	15.00-16.00 OSW	15.00-16.00 OSW
15.30-16.15 <b>Rezerwacja Piłkarze nożni (WMZPN)</b>	14.30-15.30 <b>Rezerwacja SP DWITY</b>	15.30-16.15 Olsztyn	16.00-16.45 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	16.00-16.45 OSW	16.00-16.30 OSW
16.15-17.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.00-16.45 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	16.00-16.45 OSW	16.45-17.30 Olsztyn
17.15-18.00 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	16.45-17.30 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.45-17.30 OSW	17.30-18.15 Olsztyn
18.00-18.45 <b>III tory Aqua amazonki, II tory Olsztyn</b>	17.00-17.45 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	17.30-18.15 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.30-18.15 OSW	18.15-19.00 Olsztyn
18.45-19.30 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	18.30-19.15 <b>II tory Aqua aerobic,</b>	18.15-19.00 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	18.15-19.00 OSW	
19.30-20.15 Olsztyn	18.30-19.15 Olsztyn			18.30-19.15 Olsztyn		
20.15-21.00 <b>Rezerwacja</b>						

13.06.2016 Poniedziałek	14.06.2016 Wtorek	15.06.2016 Środa	16.06.2016 Czwartek	17.06.2016 Piątek	18.06.2016 Sobota	19.06.2016 Niedziela
8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	7.30-8.00 J.W	8.30-9.15 Olsztyn	
8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.15 Olsztyn	8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.30 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn	9.15-10.00 Olsztyn	
9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.15-9.45 <b>SP Barczewo</b>	9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.30-10.15 Olsztyn	8.45-9.15 Olsztyn	10.00-10.45 Olsztyn	09.45-10.45 OSW
10.15-11.00 Olsztyn	9.45-10.15 <b>SP Barczewo</b>	10.30-11.00 SP 13	10.30-11.30 SP 101	9.15-9.45 <b>SP Barczewo</b>	10-45-11.30 Olsztyn	10-45-11.30 OSW
11.00-11.45 Olsztyn	10.15-11.00 <b>I tor rez., IV tory Olsztyn</b>	11.00-11.30 SP 13	11.30-12.15 Olsztyn	9.45-10.15 Olsztyn	11.30-12.30 Olsztyn	11.30-12.30 OSW
11.45-12.45 <b>SP Barczewo</b>	11.00-11.30 <b>SP 11</b>	11.30-12.00 Olsztyn	12.15-13.00 Olsztyn	10.15-11.00 SP 9	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.00 OSW
12.45-13.15 Olsztyn	11.30-12.00 <b>SP Lamkowo</b>	12.00-13.00 SP 13	13.00-13.45 Olsztyn	11.00-12.15 SP 9	13.15-14.00 OSW	13.00-13.45 Olsztyn
13.15-14.00 Olsztyn	12.15-13.15 SP 1	13.00-13.45 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	12.15-13.15 <b>SP Barczewo</b>	14.00-14.45 OSW	13.45-14.30 Olsztyn
14.00-14.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	14.30-15.15 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	14.30-15.15 OSW	14.30-15.15 Olsztyn
14.45-15.30 Olsztyn	14.00-14.30 Olsztyn	14.30-15.30 Olsztyn	15.15-16.00 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	15.15-16.00 OSW	15.15-16.00 Olsztyn
15.30-16.15 <b>Rezerwacja Piłkarze nożni (WMZPN)</b>	14.30-15.30 <b>Rezerwacja SP DYWITY</b>	15.30-16.15 Olsztyn	16.00-16.45 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	16.00-16.45 OSW	16.00-16.45 Olsztyn
16.15-17.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.00-16.45 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	16.45-17.30 OSW	16.45-17.30 Olsztyn
17.15-18.00 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	16.45-17.30 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	17.30-18.15 OSW	17.30-18.15 Olsztyn
18.00-18.45 <b>III tory Aqua amazonki, II tory Olsztyn</b>	17.00-17.45 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	17.30-18.15 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	18.15-19.00 OSW	
18.45-19.30 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	18.30-19.15 <b>II tory Aqua aerobic,</b>	18.15-19.00 Olsztyn	18.30-19.15 Olsztyn	19.00-20.00 OSW	
19.30-20.15 <b>Rezerwacja</b>	18.30-19.15 Olsztyn					

20.06.2016 Poniedziałek	21.06.2016 Wtorek	22.06.2016 Środa	23.06.2016 Czwartek	24.06.2016 Piątek	25.06.2016 Sobota	26.06.2016 Niedziela
8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.00-8.45 Olsztyn	7.30-8.00 J.W.		
8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.15 Olsztyn	8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	8.45-9.30 Olsztyn	8.00-8.45 Olsztyn		
9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.15-9.45 SP Barczewo	9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.30-10.15 Olsztyn	8.45-9.30 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn
10.15-11.00 Olsztyn	9.45-10.15 SP Barczewo	10.30-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn
11.00-11.45 Olsztyn	10.15-11.00 I tor rez., IV tory Olsztyn	11.00-11.30 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn
11.45-12.45 SP Barczewo	11.00-11.30 SP 11	11.30-12.00 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn
12.45-13.15 Olsztyn	11.30-12.00 SP Lamkowo	12.00-13.00 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn
13.15-14.00 Olsztyn	12.15-13.15 SP 1	13.00-13.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn
14.00-14.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.45-14.30 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn
14.45-15.30 Olsztyn	14.00-14.30 Olsztyn	14.30-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn
15.30-16.15 Rezerwacja Piłkarze nożni (WMZPN)	14.30-15.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn
16.15-17.30 Olsztyn	15.15-16.00 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn
17.30-18.15 III tory Aqua amazonki, II tory Olsztyn	16.00-16.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn
18.00-18.45 Olsztyn	16.45-17.15 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn		
18.45-19.30 Olsztyn	17.15-18.00 Olsztyn	18.30-19.15 II tory Aqua aerobic, Olsztyn	18.30-19.00 Olsztyn	17.45-18.30 Olsztyn		
19.30-20.15 Rezerwacja	18.00-18.45 Olsztyn			18.30-19.00 Olsztyn		

27.06.2016 Poniedziałek	28.06.2016 Wtorek	29.06.2016 Środa	30.06.2016 Czwartek	01.07.2016 Piątek	02.07.2016 Sobota	03.07.2016 Niedziela
8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku		8.00-8.45 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku				
8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku		8.45-9.30 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku				
9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.30-10.15 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn 3 tory Uniwersytet III wieku	9.30-10.15 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn	9.30-10.15 Olsztyn
10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn	10.15-11.00 Olsztyn
11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn	11.00-11.45 Olsztyn
11.45-12.45 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn	11.45-12.30 Olsztyn
12.45-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn	12.30-13.15 Olsztyn
13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn	13.15-14.00 Olsztyn
14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn	14.00-14.45 Olsztyn
14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn	14.45-15.30 Olsztyn
15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.15 <b>II tory rezerwacja</b> , Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.15 Olsztyn	15.30-16.00 Olsztyn	15.30-16.00 Olsztyn
16.15-17.15 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.15-17.00 <b>15 II tory rezerwacja</b> , Olsztyn	16.15-17.00 Olsztyn	16.00-17.00 <b>Rezerwacja</b>	16.00-17.00 <b>Rezerwacja</b>
17.15-18.00 <b>II tory rezerwacja</b> , Olsztyn	17.00-17.45 <b>II tory rezerwacja</b> , Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn	17.00-17.45 Olsztyn
18.00-18.45 <b>III tory Aqua amazonki, II tory Olsztyn</b>						
18.45-19.30 <b>Rezerwacja</b>						

Wstęp ogólnodostępny (płatny)
Rezerwacja
Rezerwacja
Rezerwacja
Rezerwacja
Rezerwacja

Centrum Zdrowia i Sportu działa przy OSW od 1 marca 2004 r. Stanowi kompleks nowoczesnych budynków przystosowany również do pobytu osób niepełnosprawnych. W skład Centrum wchodzi basen pływacki, 4 korty do squasha, 3 sale do prowadzenia zajęć fitness, 2 kryte korty do tenisa, siłownia z częścią rehabilitacyjną, specjalistyczna sala gimnastyczna i korekcyjna, gabinety masażu, kosmetyczne, kinezyterapii, fizykoterapii, sauna fińska i infrared, 3 hale sportowe oraz stadion ze sztuczną trawą i bieżnią tartanową.

Ideą Centrum Zdrowia i Sportu jest wypracowanie nawyku potrzeby ruchu u ludzi w różnym wieku i o zróżnicowanej sprawności.

Zajęcia są prowadzone przez specjalistów rehabilitacji, fizjoterapii, odnowy biologicznej, kosmetologii oraz wychowania fizycznego.

**KORZYSTAJĄC Z NASZYCH USŁUG (siłownia, fitness, pływalnia, squash itp.) WSPIERAJĄ  
PAŃSTWO DZIAŁALNOŚĆ FUNDACJI CENTRUM ZDROWIA I SPORTU  
przy Olsztyńskiej Szkole Wyższej im. J. Rusieckiego.**

**DZIĘKI PAŃSTWU MAMY MOŻLIWOŚĆ ORGANIZACJI BEZPŁATNYCH ZAJĘĆ USPRAWNIAJĄCYCH  
DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH.**

**DZIĘKUJEMY:)**