

## **Program kursu instruktorskiego w sezonie 2013**

### **SOBOTA**

10:00 – otwarcie kursu, omówienie programu kursu itp.

11:00 – taklowanie sprzętu

12:00 – zajęcia na wodzie – rozpływanie

15:00-16:00 przerwa obiadowa

17:00 – wykłady, przydzielenie tematów konspektów, sprawy organizacyjne

### **NIEDZIELA**

7:30 - rozruch

8:30 – śniadanie

9:30 – wykład, systematyka nauczania poziom I

10:30 - trener na łodzi + zajęcia na wodzie

13:30- 14:30 przerwa obiadowa

15:00- 17:00 - zajęcia na wodzie

18:00-20:00 Wykłady, teoria żeglowania I

### **PONIEDZIAŁEK**

7:30 - rozruch

8:30 – śniadanie

9:30 – wykład, systematyka nauczania poziom II

10:30 - trener na łodzi+ zajęcia na wodzie

13:30- 14:30 przerwa obiadowa

15:00- 17:00 - zajęcia na wodzie, prowadzenie zajęć

18:00-20:00 Wykłady, teoria żeglowania II

20:30 Grill integracyjny

### **WTOREK**

7:30 - rozruch

8:30 – śniadanie

9:30 – wykład, systematyka nauczania poziom III  
10:30 - trener na łodzi + zajęcia na wodzie  
13:30- 14:30 przerwa obiadowa  
15:00- 17:00 - zajęcia na wodzie, prowadzenie zajęć  
18:00-20:30 Wykłady / Historia windsurfingu + IO

### **ŚRODA**

7:30 - rozruch  
8:30 – śniadanie  
9:30 – wykład, meteorologia  
10:30 - trener na łodzi + zajęcia na wodzie  
13:30- 14:30 przerwa obiadowa  
15:00- 17:00 - zajęcia na wodzie, prowadzenie zajęć  
18:00-20:30 Wykłady / Regaty, dyscypliny

### **CZWARTEK**

7:30 - rozruch  
8:30 – śniadanie  
9:30 – sprawy organizacyjne, omówienie trasy regat  
10:30 - regaty  
13:30- 14:30 przerwa obiadowa  
15:00- 17:00 – prowadzenie zajęć- zaliczenia  
18:00-20:30 Wykłady/Podsumowanie regat , organizacje

### **PIĄTEK**

7:30 - rozruch  
8:30 – śniadanie  
9:30 – sprawy organizacyjne  
10:30 - prowadzenie zajęć na wodzie i łodzi - zaliczenia

13:30- 14:30 przerwa obiadowa

15:00- 17:00 – prowadzenie zajęć- zaliczenia

19:00-20:00 Wykłady/EGZAMIN TEORETYCZNY

**SOBOTA:**

8:30 – śniadanie

9:30 – sprawy organizacyjne

10:30 - egzamin na wodzie

13:30- 14:30 przerwa obiadowa

15:00- 17:00 – zakończenie kursu

PROGRAM DNIA MOŻE ULEC ZMIANIE ZE WZGLĘDU NA WARUNKI POGODOWE/WIATROWE!!!!

**Opracowanie:**

Adam Kaczmarek

Komisja Szkolenia PSW