

RASPORED SATI NASTAVE TJELESNE I ZDRAVSTVENE KULTURE (TZK) U ZIMSKOM SEMESTRU akad. god. 2019. / 2020.



OBAVEZNA PRIJAVA na odabrane kineziološke aktivnosti (KA) vrše se elektronskim putem na poveznici:

– <https://upisi.kineziologija.ffzg.unizg.hr>

– upisi će biti otvoreni: **od ponedjeljka, 7.10. (00.05h) do subote, 12.10. 2019. (23.55h)**

Nositeljica na Predmetu:

1. Svetlana Božić Fuštar, v. pred., predstojnica Katedre

SVE obavijesti za svaku KA (osnovni podaci, opis programa, upute, uvjeti i prilagodbe) dostupne su na web stranici Katedre www.tzk.ffzg.unizg.hr i facebooku Katedre <https://www.facebook.com/TZK-FFZG>

PONEDJELJAK					
VRIJEME izvođenja	KINEZIOLŠKA AKTIVNOST	LOKACIJA	Program osnovni; fakultativni	Participacija semestralno	NOSITELJICE
9:00 - 10:30	BOOTY/CORE	SD"Martinovka"- sjever	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	BADMINTON	SD"Martinovka"- sredina , jug	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	PILATES MIX	SD "Martinovka" – fitness	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	JOGA	SD "Martinovka" – joga	FP	80 kn	Svetlana Božić Fuštar
	KUNG FU (WING TZUN)	SD "Martinovka" – stolni tenis	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
10:30 - 12:00	JOGA	SD "Martinovka" – joga	FP	80 kn	Svetlana Božić Fuštar
	STOLNI TENIS	SD "Martinovka" – stolni tenis	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
12:45 - 14:15	PLIVANJE	PVC "Mladost", Jarunska 5	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
15:00 - 16:30	BOWLING	Bowling club Zagreb, Florijana Andrašeca 14 (Cibona)	FP	250 kn	Svetlana Božić Fuštar

UTORAK

VRIJEME izvođenja	KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST	LOKACIJA	Program osnovni; fakultativni	Participacija semestralno	NOSITELJICE
11:00 – 12:30	SQUASH	SQUASH Tower, Zavrtnica 17	FP	350 kn	Svetlana Božić Fuštar
14:00 - 15:30	BADMINTON	SD "Martinovka" – sredina	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	BORILAČKE VJEŠTINE	SD "Martinovka" – stolni tenis	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
15:30 - 17:00	RUKOMET	SD "Martinovka" – sjever	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	ODBOJKA	SD "Martinovka" – sredina	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
19:30 – 21:00	KENDO	OŠ "Lovre pl. Matačića", Laurenčićeva ul.1 (Folnegovićevo naselje)	OP	ne	Vesna Alikalfić Svetlana Božić Fuštar

SRIJEDA

VRIJEME izvođenja	KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST	LOKACIJA	Program Osnovni: fakultativni	Participacija semestralno	NOSITELJICE
12:00 - 13:30	FITNESS – TERETANA	Fitness Centar „Adam i Eva“, Veslačka 2	FP	150 kn	Svetlana Božić Fuštar
15:00 - 16:30	GO (WEIQI)	Konfucijev institut, Savska cesta 25, Studentski centar 2. kat	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
17:00 - 18:30	AEROBIKA MIX	SD „Martinovka“ – sjever	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	ODBOJKA	SD "Martinovka" – sredina	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar

ČETVRTAK

VRIJEME izvođenja	KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST	LOKACIJA	Program osnovni; fakultativni	Participacija semestralno	NOSITELJICE
9:00 - 10:30	MORNING WORKOUT	SD "Martinovka" – sjever	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	BADMINTON	SD "Martinovka" – sredina, jug	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	JOGA	SD "Martinovka" – joga	FP	80 kn	Svetlana Božić Fuštar
	TAIJI (TAIJIQUAN)	SD "Martinovka" – stolni tenis	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
10:30 - 12:00	ODBOJKA	SD "Martinovka" – sredina	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
	JOGA	SD "Martinovka" – joga	FP	80 kn	Svetlana Božić Fuštar
	QIGONG	SD "Martinovka" – stolni tenis	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
12:30 - 14:00	SPORTSKO HODANJE	SRC"Jarun"	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar
12:00 - 13.30	FITNESS – TERETANA	Fitness Centar „Adam i Eva“, Veslačka 2	FP	150 kn	Svetlana Božić Fuštar
12:45 - 14:15	PLIVANJE	PVC "Mladost", Jarunska 5	OP	ne	Svetlana Božić Fuštar

Od PONEĐJELJKA do PETKA

	KINEZIOLOŠKA AKTIVNOST	LOKACIJA	Program fakultativni uz participaciju	Participacija mjesečno	NOSITELJICE
u večernjim terminima po rasporedu SUBOSA	Izabrati KA u ponudi SUBOSA	SD "Martinovka"	FP	90 kn mjesečno	Vesna Alikalčić Svetlana Božić Fuštar

Napomena: student/ica može se upisati u željeni termin i KA tek nakon urednog upisa u akad. god. 2019./2020., provedenog kroz ISVU sustav, ako ima AAI račun i upisan neki od kinezioloških kolegija (TZK1, 2, 3, 4)