

KURS – KONSULTANT DS. ŻYWIENIA

Podstawy bhp	Jarosław Kelsz	10
Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	Danuta Danowska	10
Suplementy w diecie	Danuta Danowska	20
Planowanie diety lekkostrawnej	Danuta Danowska	20
Planowanie diety odchudzającej	Danuta Danowska	30
Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	Danuta Danowska	30

Data: 14.09

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 15.09

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Arkusz1

9		
10		
11		
12		

Data: 21.09

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 22.09

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 28.09

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
----------	-----------	---------------

Arkusz1

1	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
2	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
3	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
4	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
5	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
6	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
7	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
8	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
9	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
10	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 29.09

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 5.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		

Arkusz1

6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 6.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 12.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Arkusz1

Data: 13.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 19.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 20.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		

Arkusz1

7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 26.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
2	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
3	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
4	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
5	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
6	Suplementy w diecie	sala 11
7	Suplementy w diecie	sala 11
8	Suplementy w diecie	sala 11
9	Suplementy w diecie	sala 11
10	Suplementy w diecie	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 27.10

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		

Arkusz1

12		
----	--	--

Data: 2.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 3.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
2	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
3	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
4	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
5	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
6	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
7	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
8	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
9	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
10	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 9.11

początek zajęć
8:00

Arkusz1

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 10.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 16.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Suplementy w diecie	sala 4
2	Suplementy w diecie	sala 4
3	Suplementy w diecie	sala 4
4	Suplementy w diecie	sala 4
5	Suplementy w diecie	sala 4
6	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 4

Arkusz1

7	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 4
8	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 4
9	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 4
10	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 4
11		
12		

Data: 17.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 23.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Arkusz1

Data: 24.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 30.11

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Suplementy w diecie	sala 11
2	Suplementy w diecie	sala 11
3	Suplementy w diecie	sala 11
4	Suplementy w diecie	sala 11
5	Suplementy w diecie	sala 11
6	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
7	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
8	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
9	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
10	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 1.12

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
2	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
3	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
4	Planowanie diety odchudzającej	sala 11

Arkusz1

5	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
6	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
7	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
8	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
9	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
10	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 7.12 początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 8.12 początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		

Arkusz1

10		
11		
12		

Data: 14.12

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
2	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
3	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
4	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
5	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
6	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
7	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
8	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
9	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
10	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 15.12

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
2	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
3	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
4	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
5	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
6	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
7	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
8	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
9	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
10	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Arkusz1

Data: 4.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
2	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
3	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
4	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
5	Planowanie diety lekkostrawnej	sala 11
6	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
7	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
8	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
9	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
10	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 5.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
2	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
3	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
4	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
5	Planowanie diety odchudzającej	sala 11
6	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
7	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
8	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
9	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
10	Właściwości składników pokarmowych i bilans energetyczny	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 11.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		

Arkusz1

2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 12.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 18.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Podstawy bhp	sala 11
2	Podstawy bhp	sala 11
3	Podstawy bhp	sala 11
4	Podstawy bhp	sala 11
5	Podstawy bhp	sala 11
6		sala 11
7		sala 11
8		sala 11
9		sala 11
10		sala 11
11		sala 11

Arkusz1

12		sala 11
----	--	---------

Data: 19.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
2	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
3	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
4	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
5	Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości	sala 11
6	Suplementy w diecie	sala 11
7	Suplementy w diecie	sala 11
8	Suplementy w diecie	sala 11
9	Suplementy w diecie	sala 11
10	Suplementy w diecie	sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 25.01

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 26.01

początek zajęć
8:00

Arkusz1

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		

Data: 1.02

początek zajęć
9:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		sala 11
2		sala 11
3	Podstawy bhp	sala 11
4	Podstawy bhp	sala 11
5	Podstawy bhp	sala 11
6	Podstawy bhp	sala 11
7	Podstawy bhp	sala 11
8		sala 11
9		sala 11
10		sala 11
11		sala 11
12		sala 11

Data: 2.02

początek zajęć
8:00

nr zajęć	Przedmiot	Miejsce zajęć
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Arkusz1

9		
10		
11		
12		

Lekcje i przerwy

Lp.	lekcje	przerwy
1	08:00	08:45
2	08:50	09:35
3	09:40	10:25
4	10:30	11:15
5	11:20	12:05
6	12:10	12:55
7	13:00	13:45
8	13:50	14:35
9	14:40	15:25
10	15:30	16:15
11	16:20	17:05
12	17:10	17:55