

## Instrukcja zapisów na zajęcia z WF

1. Wejdź na stronę [www.kans.pl](http://www.kans.pl) – zakładka – „Studenci” – zakładka – „Zajęcia z WFu”.
2. Kliknij w link do zapisów. Otworzy się program.

### 3. **NIE LOGUJ SIĘ!!!**

INTERNETOWY SYSTEM ZAPISÓW  
STUDENTÓW KANS W JELENIEJ GÓRZE  
NA ZAJĘCIA Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

UWAGA STUDENCI! Zmiana sposobu logowania  
LOGIN: Numer indeksu(albumu)  
HASŁO: Nazwisko pisane z dużej litery i polskimi znakami np. Piątek

Zapisy będą włączone od dnia 07.02.2023r. 14:00 do 10.02.2023r. 20:00

Login :  Hasło :  Zaloguj!

Powrót do listy zajęć WYSZUKIWARKA ZAJĘĆ Pomoc

Kategoria: Przeszukaj wszystkie kategorie zajęć Wykładowca: Dowolny Cykl: Dowolny

Nazwa zajęć: Od: Do: Termin: Zajęcia dla: Wolnych miejsc:

Sprawdź wszystkie zajęcia Nieistotne Nieistotne Każdy Nieistotne Nie ważne

Szukaj zajęć wg powyższych kryteriów Przywróć domyślne ustawienia

BIERZ KATEGORIĘ I RODZAJ ZAJĘĆ DO WYŚWIETLENIA :

Zajęcia podstawowe

Zajęcia weekendowe

4. Kliknij w zakładkę „Szukaj zajęć wg powyższych kryteriów”.
5. Otworzy się strona ze wszystkimi zajęciami do wyboru:

Zajęcie : **Pływanie**

Pływalnia KANS										
Cykl tygodniowy										
mgr Wojciech Lara										
Godziny	Pn	Wt	Śr	Cz	Pt	Sb	Nd	Limit	Koszt	Inne
09:45 - 11:15		W						15	-	Pływanie to atrakcyjna, wszechstronna oraz przyjazna forma ruchu dla każdego studenta. Podnosi nie tylko poziom umiejętności pływackich i sprawności fizycznej ale i stymuluje prawidłowy rozwój, korzystnie wpływa na układ krążenia i oddychania, wzmacnia i uelastycznia mięśnie, odciąża stawy, masuje ciało, łagodzi nerwy oraz opóźnia procesy starzenia. Umiejętność pływania pozwala na bezpieczny i atrakcyjny wypoczynek nad wodą i umożliwia korzystanie z całej gamy współczesnych aktywności, związanych ze środowiskiem wodnym. Zajęcia przeznaczone są dla wszystkich studentów, chcących podnieść swoje umiejętności pływackie oraz poznać atrakcyjne formy spędzania czasu w wodzie, dzięki różnego rodzaju grom i zabawom podczas zajęć. Wymagania: strój kąpielowy, ręcznik, klapki, czepek.

Pływalnia KANS

6. Znajdź zajęcia, które Cię interesują i kliknij w rubrykę określającą ilość wolnych miejsc.
7. System przekieruje Cię na stronę logowania. **MOŻESZ SIĘ ZALOGOWAĆ**  
LOGIN: numer indeksu (albumu)  
HASŁO: nazwisko pisane z dużej litery i polskimi znakami np. Piątek.