

KONSULTANT DS. DIETETYKI

			21.09.2024	19.10.2024	16.11.2024	23.11.2024	7.12.2024	14.12.2024	4.01.2025	11.01.2025
SOBOTA	1	08:00 - 08:45	Dział.ośrodków	Indyw.program						
	2	08:45 - 09:30	R.Pałka	R.Pałka						
	3	09:40 - 10:25	Dział.ośrodków	Indyw.program						
	4	10:25 - 11:10	R.Pałka	R.Pałka						
	5	11:20 - 12:05	Dział.ośrodków	Indyw.program	Suplementy	Dział.ośrodków	Plan.diety	BHP	Indyw.program	Plan.życie nia
	6	12:05 - 12:50	Plan.życie nia	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	D.Wójcik	R.Pałka	R.Pałka
	7	13:00 - 13:45	Plan.życie nia	Plan.diety	Suplementy	Dział.ośrodków	Plan.diety	BHP	Indyw.program	Plan.życie nia
	8	13:45 - 14:30	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	D.Wójcik	R.Pałka	R.Pałka
	9	14:40 - 15:25	Plan.diety	Plan.diety	Suplementy	Dział.ośrodków	Plan.diety	BHP	Indyw.program	Plan.życie nia
	10	15:25 - 16:10	R.Pałka	R.Pałka			R.Pałka		R.Pałka	R.Pałka
	11	16:20 - 17:05	Plan.diety							
	12	17:05 - 17:50								
		UWAGA! Zastrzegamy sobie możliwość zmian w planie								

			22.09.2024	20.10.2024	17.11.2024	24.11.2024	8.12.2024	15.12.2024	5.01.2025	12.01.2025
NIEDZIELA	1	08:00 - 08:45	Suplementy	Plan.życie nia						
	2	08:45 - 09:30	R.Pałka	R.Pałka						
	3	09:40 - 10:25	Suplementy	Plan.życie nia						
	4	10:25 - 11:10	R.Pałka	R.Pałka						
	5	11:20 - 12:05	Suplementy	Plan.życie nia	BHP	Indyw.program	Plan.życie nia	Plan.diety	Suplementy	Indyw.program
	6	12:05 - 12:50	Indyw.program	Plan.diety	D.Wójcik	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka
	7	13:00 - 13:45	R.Pałka	R.Pałka	BHP	Indyw.program	Plan.życie nia	Plan.diety	Suplementy	Indyw.program
	8	13:45 - 14:30	Indyw.program	Plan.diety	D.Wójcik	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka
	9	14:40 - 15:25	R.Pałka	R.Pałka	BHP	Indyw.program	Plan.życie nia	Plan.diety	Suplementy	Indyw.program
	10	15:25 - 16:10	Indyw.program	Plan.diety		R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka	R.Pałka
	11	16:20 - 17:05	R.Pałka							
	12	17:05 - 17:50								
		UWAGA! Zastrzegamy sobie możliwość zmian w planie								

Podstawy bhp										
Antagonistyczne działanie ośrodków głodu i sytości										
Suplementy w diecie										
Planowanie żywienia w profilaktyce chorób cywilizacyjnych										
Planowanie diety odchudzającej										
Tworzenie indywidualnego programu odchudzającego										