

**AN UNIVERSITAR 2022-2023**

**SALA NR. 3 – FACULTATEA DE DREPT  
FITNESS ȘI CULTURISM, GIMNASTICĂ MEDICALĂ**

ORA	LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI	SÂMBĂȚĂ
9-11		Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU	Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU		Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU	Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU
10-12	*Fitness fete Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	*Gimnastică Medicală Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	*Fitness fete Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	
12-14	13-14 Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Conf.univ.dr.ROBERT SAKIZLIAN	Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	*Fitness fete Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	
14-16	*Fitness fete Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Conf.univ.dr.ROBERT SAKIZLIAN	Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	*Fitness fete Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN		
16-18	*Fitness fete Lector univ.dr. MONICA GULAP	Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU				
18-20	Lector univ.dr. MONICA GULAP	Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU	Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU	Lector univ.dr. COSTIN MIHAIU	

\*Lecțiile de Fitness sunt mixte (băieți și fete) în toate intervalele orare, cu excepția pozițiilor în care este specificat ”Fitness fete”, destinate exclusiv fetelor.

\*La GIMNASTICĂ MEDICALĂ, înscrierea este posibilă doar în baza unui document medical care să ateste necesitatea acestei discipline!

**SALA NR. 4 - FACULTATEA DE DREPT**  
**GIMNASTICĂ AEROBICĂ, DANS POPULAR, DANS SPORTIV**

ORA	LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI	SÂMBĂȚĂ
10 - 12		Gimnastică Aerobică Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Gimnastică Aerobică Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Gimnastică Aerobică Prof.univ.dr. ALINA STOICA		
12-14	13-14 Dans sportiv Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI	Tae Bo Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Tae Bo Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Gimnastică Aerobică Prof.univ.dr. ALINA STOICA	Gimnastică Aerobică RALUCA DRĂGOI	11-13 Dans sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU
14 – 16	Gimnastică aerobică Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI	Gimnastică Aerobică Conf.univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	Gimnastică Aerobică RALUCA DRAGOI	Dans sportiv Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI		
16 – 18	Gimnastică Aerobică Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI		Dans sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Echipe reprezentativă Dans sportiv Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Dans sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	
18 - 20	Gimnastică Aerobică Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI					

**SALA PITAR MOS (FACULTATEA DE LIMBI STRĂINE)**  
**KARATE, AUTOAPĂRARE, BASCHET, GIMNASTICĂ AEROBICĂ, BADMINTON, DANS SPORTIV,**  
**TENIS DE MASA, VOLEI si PFG ( Pregatire fizica generala)**

<b>ORA</b>	<b>LUNI</b>	<b>MARȚI</b>	<b>MIERCURI</b>	<b>JOI</b>	<b>VINERI</b>
<b>8 – 10</b>	<b>9-10</b> KARATE Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Autoapărare Asist.univ.drd. ROBERT DELIU	Autoapărare Asist.univ.drd. ROBERT DELIU	Badminton Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	PFG Lector univ.dr. MONICA GULAP
<b>10 –12</b>	Badminton Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Gimnastică Aerobică Lector univ.dr. MONICA GULAP	Autoapărare Asist.univ.drd. ROBERT DELIU	Badminton Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP
		Autoapărare Asist.univ.drd. ROBERT DELIU			
<b>12 –14</b>		Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP	Gimnastică Aerobică Lector univ.dr. MONICA GULAP	Badminton Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Volei Lector univ.dr. MONICA GULAP
<b>14-16</b>	Dans Sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP	Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP	Gimnastică Aerobică Lector univ.dr. MONICA GULAP	Badminton Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI
<b>16 –18</b>	Dans Sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Dans Sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP	Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP	Baschet Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI
<b>18-20</b>	Dans Sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Dans Sportiv Lector univ.dr. COSTINEL MIHAIU	Karate Shotokan Performanță Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Echipa reprezentativă Tenis de Masă Lector univ.dr. MONICA GULAP	Baschet Prof.univ.dr. DANIELA ADUCOVSCI

**SALA PANDURI – FACULTATEA DE CHIMIE**

**TENIS (sezonul rece), HANDBAL, VOLEI, KARATE, BASCHET, AUTOAPARARE, GIMNASTICA AEROBICA, GIMN. MEDICALĂ, FITNESS**

ORA	LUNI	MARȚI	MIERCURI	JOI	VINERI
8 - 10	Volei Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI	*Tenis Conf.univ.dr. DAN MOISE	*Tenis Conf.univ.dr. DAN MOISE	*Tenis Conf.univ.dr.DAN MOISE	*Tenis Conf.univ.dr. DAN MOISE
10 – 12	Volei Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI	*Tenis Conf.univ.dr. DAN MOISE	*Tenis Conf.univ.dr.DAN MOISE	*Tenis Conf.univ.dr.DAN MOISE	*Tenis Conf.univ.dr. DAN MOISE
12 – 14	Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI  Conf.univ.dr. DAN MOISE	13-14 Gimnastică Aerobică Prof.univ.dr. ALINA STOICA	Handbal Prof.univ.dr. ALINA STOICA	Volei Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI	Autoapărare Asist.univ.drd. ROBERT DELIU
14 - 16	Volei Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI	Gimnastică Aerobică RALUCA DRĂGOI	Handbal Prof.univ.dr. ALINA STOICA	Volei Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI	Autoapărare Asist.univ.drd. ROBERT DELIU
16 – 18	Volei Lector univ.dr. FLORIN LIȚOI	Handbal Prof.univ.dr. ALINA STOICA	Baschet Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	*Gimnastică Medicală Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	
18 – 20	Karate SHOTOKAN Începători Lector univ.dr. MARIUS LEȘTARU	Handbal Prof.univ.dr. ALINA STOICA	Baschet Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	18-19 Fitness Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN  19-20 Baschet Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	
20-21.30			Echipa reprezentativă Baschet Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	Echipa reprezentativă Baschet Conf.univ.dr. ROBERT SAKIZLIAN	

\*La GIMNASTICĂ MEDICALĂ, înscrierea este posibilă doar în baza unui document medical care să ateste necesitatea acestei discipline!

\*Lecțiile de TENIS prevăzute în această sală sunt valabile pentru sezonul rece! Urmăriți mai jos orarul lecțiilor de TENIS desfășurate afară!

## TERENURILE DE TENIS – FACULTATEA DE DREPT

<b>ORA</b>	<b>LUNI</b>	<b>MARȚI</b>	<b>MIERCURI</b>	<b>JOI</b>
<b>8 - 10</b>	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE
<b>10-12</b>	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE
<b>12-14</b>		Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE	Conf.univ.dr. DAN MOISE

**TERENURILE DE FOTBAL - FACULTATEA DE DREPT**  
**FOTBAL, PFG (Pregătire fizică generală)**

<b>ORA</b>	<b>LUNI</b>	<b>MARȚI</b>	<b>MIERCURI</b>	<b>JOI</b>
<b>8 - 10</b>	<b>PFG</b> Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU
<b>10 – 12</b>	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU
<b>12 – 14</b>	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU (săptămâna pară)	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU
<b>14 - 16</b>	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU	Lector univ.dr. BOGDAN GOZU

ORAR  
DISCIPLINA **ŞAH**  
**Sala de Şah** se află în incinta Facultății de Drept  
Bdul.Mihail Kogălniceanu, nr 36-46

Ora	Marti	Ora	Miercuri
11-13	Prof. dr. Remus Dumitrescu	12-14	Prof. dr. Remus Dumitrescu
13-15	Prof. dr. Remus Dumitrescu	14-15	Prof. dr. Remus Dumitrescu

**TERENUL MULTIFUNCȚIONAL – FACULTATEA DE DREPT**

**ATLETISM, TENIS**

ORA	LUNI	MIERCURI
8 - 10	TENIS Conf.univ.dr. DAN MOISE	
10 - 12	TENIS Conf.univ.dr. DAN MOISE	
12 - 14	ATLETISM Conf. univ.dr. MONICA SAKIZLIAN	
14 - 16		ATLETISM Conf. univ.dr. MONICA SAKIZLIAN

**SALA MĂGURELE - FACULTATEA DE FIZICĂ**  
**ATLETISM, FITNESS, BASCHET, HANDBAL, FOTBAL**

<b>ORA</b>	<b>LUNI</b>	<b>MIERCURI</b>
<b>12-14</b>	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN
<b>14 - 16</b>	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN
<b>16 - 18</b>	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN
<b>18 - 20</b>	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN	Lector univ.dr. ȘERBAN CĂTĂLIN

**CĂMIN GAUDEAMUS SOCIOLOGIE- PANDURI**  
**GIMNASTICĂ AEROBICĂ, PFG (Pregătire fiziă generală)**

	<b>LUNI</b>	<b>MARTI</b>	<b>JOI</b>
<b>14-16</b>	Gimnastică Aerobică RALUCA DRAGOI	PFG STOICA ALINA	Gimnastică Aerobică RALUCA DRAGOI



**ACTIVITĂȚI SPORTIVE NAUTICE ȘI ORIENTARE SPORTIVĂ**  
**PARC TITAN (lacul IOR și pădurea Băneasa)**

<b>ORA</b>	<b>MARTI</b>	<b>JOI</b>	<b>VINERI</b>
<b>10-12</b>	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Prof.univ.dr. REMUS DUMITRESCU Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN
<b>12-14</b>	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Prof.univ.dr. REMUS DUMITRESCU Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN
<b>14-16</b>	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Prof.univ.dr. REMUS DUMITRESCU Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN
<b>16-18</b>	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Prof.univ.dr. REMUS DUMITRESCU Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN	Lector univ.dr. CĂTĂLIN ȘERBAN

**NOTĂ:**

1. Înscrierile se fac online: [inscriere.defs.unibuc.ro](http://inscriere.defs.unibuc.ro)
2. Informații suplimentare:
  - e-mail: [remus.dumitrescu@g.unibuc.ro](mailto:remus.dumitrescu@g.unibuc.ro)
  - e-mail: [catalin.serban@unibuc.ro](mailto:catalin.serban@unibuc.ro)

**ÎNOT – (bazinul va fi anunțat ulterior)**

**(studenții înscriși vor fi notificati despre locație și data începerii cursurilor de înot!)**

	<b>LUNI</b>	<b>MARȚI</b>
<b>10.30-11.30</b>	STOICA ALINA	STOICA ALINA
<b>11.30-12.30</b>	STOICA ALINA	STOICA ALINA