UNIVERSITATEA „ALEXANDRU IOAN CUZA" din IAȘI

ORAR MASTER

ANUL UNIVERSITAR 2026-2027, SEMESTRUL 1

FITNESS ȘI ESTETICĂ CORPORALĂ

MASTER		ANUL 1		ANUL 2
		GRUPA 1	GRUPA 2	GRUPA 1
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2	SUBGRUPA 1
L	8:00			Elaborarea lucrării de disertație (S - D312), Lect. PETREA Renato - FEC2
	10:00	Prim ajutor în traumatologia sportivă (S - CAB. ANATOMIE), Lect. OPREAN Alexandru - FEC1		Metodica prevenirii traumatismelor în sport (C - DEF2, săpt. impară), Conf. ȘTIRBU Cătălin - FEC2 /// Metodica prevenirii traumatismelor în sport (S - DEF2, săpt. pară), Conf. ȘTIRBU Cătălin - FEC2
	12:00	Noțiuni generale de psihologia grupului sportiv (C - D312, săpt. impară), Conf. RUSU Oana - FEC1		
	14:00	Programe gimnice de estetică corporală (C - D312), Conf. MORARU Cristina - FEC1		
	16:00	Medierea conflictelor în sport (OPȚ) (C - DEF2, săpt. pară), Conf. DUMITRU Iulian - FEC1		
	18:00		Programe gimnice de estetică corporală (LP - S1), Conf. MORARU Cristina - FEC1	
		GRUPA 1	GRUPA 2	GRUPA 1
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2	SUBGRUPA 1
Ma	8:00			
	10:00		Medierea conflictelor în sport (OPȚ) (S - D312, săpt. impară), Conf. DUMITRU Iulian - FEC1	Bazele antrenamentului personalizat în fitness (OPȚ) (LP - S. CULTURISM, săpt. pară), Conf. DUMITRU Iulian - FEC2
	12:00	Programe gimnice de estetică corporală (LP - S1), Conf. MORARU Cristina - FEC1		
	14:00			Teste și tehnici de măsurare și evaluare a capacității motrice (LP - T. FOTBAL / S. CULTURISM, săpt. impară), Lect. TROFIN Florin - FEC2
	16:00	Elemente de cercetare aplicate în activități motrice (S - CM2, săpt. impară), Prof. CHIRAZI Marin - FEC1	Elemente de cercetare aplicate în activități motrice (S - CM2, săpt. pară), Prof. CHIRAZI Marin - FEC1	
	18:00	Prim ajutor în traumatologia sportivă (C - DEF2, săpt. 1-7), Lect. OPREAN Alexandru - FEC1		
		GRUPA 1	GRUPA 2	GRUPA 1
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2	SUBGRUPA 1
Mi	8:00			
	10:00		Prim ajutor în traumatologia sportivă (S - S. FITNESS), Lect. OPREAN Alexandru - FEC1	
	12:00			Tehnici orientale de optimizare a potențialului biologic (C - DEF1, săpt. pară), Prof. COJOCARIU Adrian - FEC2
	14:00			Tehnici orientale de optimizare a potențialului biologic (LP - S2), Prof. COJOCARIU Adrian - FEC2
	16:00			
	18:00			
		GRUPA 1	GRUPA 2	GRUPA 1
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2	SUBGRUPA 1
J	8:00			
	10:00			
	12:00	Elemente de cercetare aplicate în activități motrice (C - DEF2, săpt. impară), Prof. CHIRAZI Marin - FEC1		
	14:00			Teste și tehnici de măsurare și evaluare a capacității motrice (C - CM2), Conf. PUNI Rareș - FEC2
	16:00			
	18:00			
		GRUPA 1	GRUPA 2	GRUPA 1
		SUBGRUPA 1	SUBGRUPA 2	SUBGRUPA 1
V	8:00	Etică și integritate academică (C - DEF2, săpt. impară), Conf. POPESCU Lucian - FEC1		
	10:00	Etică și integritate academică (S - D312), Conf. POPESCU Lucian - FEC1		
	12:00	Medierea conflictelor în sport (OPȚ) (S - DEF1, săpt. pară), Conf. DUMITRU Iulian - FEC1	Etică și integritate academică (S - D312), Conf. POPESCU Lucian - FEC1	Bazele antrenamentului personalizat în fitness (OPȚ) (C - DEF1, săpt. impară), Conf. DUMITRU Iulian - FEC2
	14:00			
	16:00	Noțiuni generale de psihologia grupului sportiv (S - DEF3, săpt. impară), Conf. RUSU Oana - FEC1	Noțiuni generale de psihologia grupului sportiv (S - DEF3, săpt. pară), Conf. RUSU Oana - FEC1	
	18:00			
OBS.		ABREVIERI (a se parcurge Ghidul de citire a orarului): **LP** - lucrare practică; **S** - Seminar; **C** - curs; **săpt. 1→7** - disciplină parcursă în primele 7 săptămâni; **săpt. 8→14** - disciplină parcursă în ultimele 7 săptămâni; săpt. **impară/pară** - disciplina se desfășoară doar în săptămânile cu număr impar/par.		
		IMPORTANT!!! Studenții sunt rugați să ia legătura cu tutorele anului pentru organizarea activității didactice: Prof.dr. Bogdan-Constantin UNGUREAN		* Disciplina **Stagiu de practică** se va desfășura conform programului stabilit de către coodonator (Conf. ONOSE Ionuț) în prima săptămână a semestrului 1.