rozpis tréninků začátek září 2024

pondělí 2.9.2024

čas	5:45	6:00	6:15	6:30	6:45	7:00		15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00
velký sál												1. družstvo A+B				přípravka A												
tělocvična																1. družstvo C (běh)												
tělocvična																2. družstvo (běh)												
1																	1. družstvo A+B											
2																												
3																												
4																												
5																				3. družstvo								
6																												

úterý 3.9.2024

čas	5:45	6:00	6:15	6:30	6:45	7:00		15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00
posilovna																												
velký sál												2. družstvo																
workout																	1. družstvo B suchá											
Podolí	1. družstvo A+B+C																											
Podolí																												
1																												
2																	2. družstvo											
3																												
4																					NÁBOR							
5												3. družstvo					přípravka A							1. družstvo A				
6																												

středa 4.9.2024

čas	5:45	6:00	6:15	6:30	6:45	7:00		15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00
posilovna												1. družstvo A+B (výběr)																
workout																												
tělocvična																přípravka A						3. družstvo						
tělocvična												1. družstvo B+C suchá (výběr)																
Podolí								2. družstvo																				
1																												
2																	3. družstvo				1. družstvo A+B			I.družstvo A+B				
3																												
4																												
5																	1. družstvo B+C technika (vytrvalost)											
6																												

čtvrtek 5.9.2024

čas	5:45	6:00	6:15	6:30	6:45	7:00		15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00
posilovna																												
velký sál								3. družstvo				2. družstvo																
Podolí	1. družstvo A+B+C																											
Podolí																												
1											přípravka A						NÁBOR											
2																												
3																	2. družstvo			1. družstvo A+ B starší				1. družstvo C				
4																												
5												3. družstvo																
6																	NÁBOR											

pátek 6.9.2024

čas	5:45	6:00	6:15	6:30	6:45	7:00		15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00
posilovna										1. družstvo A výběr																		
velký sál																			3. družstvo (běh)									
Podolí																1. družstvo A+B												
Podolí																												
1																												
2												3. družstvo																
3		1. družstvo A+B+C						přípravka A																				
4												2. družstvo																
5																												
6																												

sobota 7.9.2024

čas	7:00	7:15	7:30	7:45	8:00	8:15	8:30	8:45	9:00	9:15	9:30	9:45	10:00	10:15	10:30	10:45	11:00	11:15	11:30	11:45	12:00
tělocvična					2. družstvo					přípravka A											
workout									1. družstvo												
1																					
2									3. družstvo				přípravka A								
3																					
4																					
5																					
6																					