Tréningový plán 27.2.-5.3.2017

	pondelok		utorok		streda		štvrtok		piatok		sobota		nedeľa	
muži			Zapka-spojky	7.00-8:00					**LF-Pezinok**	**19.00**	individuálny výbeh			
	LF+pos+reg	18.00-20.30	Strafit+DŠ	17:00-19:30	LF+pos+reg	19:00-21:00	LF+pos+reg	18:15-20:30						
muži B											**LF-Stupava**	**15.00**		
ženy	Strafit-výbeh	17:00-19:00	DŠ	16:30-18:00	DŠ	18:00-19:30	Výbeh	17:00-18:00	DŠ	18:00-19:30	**LF-Olomouc**	**18.00**		
stdci	LF+pos+reg	16:30-18:15	Zapka	18:30-20:00	LF Mlyny STDI-MLDCI	17:30-19:30	LF Mlyny	17.30-19.00	LF Mlyny	17:15-18:30	Modra	15.00		
mldci	LF+pos+reg	17:00-19:15	Strafit-výbeh	16:00-18:00	LF Mlyny STDI-MLDCI	18.15-19.30	LF Mlyny	16:00-18:00	LF Mlyny	15:30-17:30	Modra	13.00		
dorci											**LF-Šaľa**	**13.00**		
stdky	Zapka	17.00-18.30	DŠ	16:30-18:00	DŠ	18:00-19:30	DŠ	10.30	DŠ	18:00-19:30				
mldky	Zapka-Rudi	15.30-17.00	Zapka+ výbeh	16.30-18.00	DŠ	16.30-18.00	DŠ	10.30	DŠ	16:30-18:00				
stžky A	Zapka-Rudi	15.30-17.00	Zapka+ výbeh	16.30-18.00	DŠ	16.30-18.00	Výbeh		**DŠ-ŠKP B**	**14.45**				
stžky B	Zapka-Rudi	15.30-17.00			DŠ	15.00-16.30			**DŠ-ŠKP A**	**14.45**				
mlžky	Gercenka	15.00-16.30			DŠ	15.00-16.30			Rohožník	???				
stžci A	DŠ	15.30-17.00	Gercenka	16.30-18.00	Zapka-Rudi	15:30-17:00	Gercenka	16:00-17:30	Považská Bystrica		Považská Bystrica		Považská Bystrica	
stžci B	DŠ	15.30-17.00	Gercenka	16.30-18.00	Zapka-Rudi	15:30-17:00	Gercenka	16:00-17:30	Považská Bystrica		Považská Bystrica		Považská Bystrica	
mlžci A	Gercenka	16.30-18.00	DŠ	15.00-16.30	Zapka-Rudi	15:30-17:00	Zapka	17:00-18:30						
mlžci B			DŠ	15.00-16.30			Zapka	15.30-17.00	**DŠ-Pezinok**	**15.45**	Velká Bystřica		Velká Bystřica	
krúžky	Gercenka-D	14.00-15.00	Gercenka-CH	14.00-15.00			Železničná	14.00-15.30						
	Vetvárska	15.00-16.00	Veternicová	15.00-16.00			Vetvárska	15.00-16.00						
	Mierová	14:30-16:00	Zapka	15.30-16.30			Karloveská	15:00-16:30						
projekt														
ŠG-Chlap	Pos-Fitko	7.30-8.30	Zapka	7.30-8:30	Zapka-Rudi	7.30-9.00	Pos-Fitko	7.30-8.30						
ŠG-Diev					Zapka-Rudi	7.30-9.00								